

رئیس جمهوری: توافق جامع هسته‌ای به نفع طرفین است

* بسیاری از مسائلی که در گذشته بر روابط ایران و جهان سایه انداخته بود، ناشی از سوء تفسیرها هم از سوی غرب و همگاهی از سوی ایران بوده است

* می‌توانیم با جهان در سایه تعامل و گفتگو بسیاری از مسائل بر سر راه تعامل با جهان را حل کنیم

* اصول سیاست ما بر مبنای تفاهم و تعامل و اعتمادسازی با جهان و کاهش تنش‌هاست

* راهی وجود ندارد جز این‌که کشورها اختلافات خود را از طریق منطق و تفاهم حل و فصل کنند

* مردم ما برای دستیابی به حقوقشان کاملاً مقاوم هستند

* ما نسبت به توافق کلی و نهایی با ۵+۱ بدبین نیستیم

* و هنوز زمان و فرصت لازم وجود دارد

* دکتر روحانی در دیدار با شیعی بیکن رئیس‌جمهوری چین: ایران از هر گونه سرمایه‌گذاری چین در ایران حمایت و از آن استقبال می‌کند

* رئیس‌جمهوری چین: تدبیر و دروگر مثبت ایران باعث شده است فضای جدیدی در مذاکرات ۵+۱ ایجاد شود

رئیس‌جمهوری در نشست مطبوعاتی اش در شانگهای گفت:

بسیاری از مسائلی که در گذشته بر روابط ایران و جهان سایه انداخته بود، ناشی از سوء تفسیرها هم از سوی غرب و هم گاهی از سوی ایران بوده است

به گزارش ایران‌جنا، ریاست‌الاسلام

بقیه در صفحه ۲

علاج واقعه

علیرضا خانی

رئیس مجلس شورای اسلامی گفته است که در زمان آلودگی هوا از مسئولان مربوطه در مورد کیفیت بنزین پرسیدیم. گفتند مشکلی ندارد اما اکنون مسئول می گوید بنزین برای ترومبوزی چند برابر استاندارد بنزین داشته است. باید با خاطیان برخورد شود.

این اظهارات در پی آن بود که وزیر نفت، مسئولان سازمان محیط زیست و وزارت بهداشت موکداً گفتند که بنزین محصول پتروشیمی آلاینده و سرطانزاست و برای مریضی دارد.

تغییر خطوط پتروشیمی ها از تولید بنزین، در زمانی اتفاق افتاد که هنوز کشور در معرض تحریم بنزین قرار نداشت و دولت سابق این کار را به عنوان یک ابتکار پیش دستانه انجام داد. شاید، بهر نهایی که این ابتکار بر سلامت مردم گذاشت هنوز معلوم نشده باشد در آینده بیشتر نمایان شود، اما یادمان نرفته است که دهه ها و دهه ها بعد از آن مردم می خواستند از خانه خارج نشوند. در مایدین و چهارراه ماسک توزیع می کردند و یگانه های اورژانس در محفلت شهر بیشتر می کشد، پزشکان در تریولین به مردم می گفتند چه چیزهایی می بخورند تا آثار آلودگی را کم کنند. مادران باردار باید چگونه عمل کنند، دولت مرتب تعطیلی اعلام می کرد و به ویژه ايام بين التعليلات بیشتر تعطيل می شد و از مردم درخواست می شد از شهر بیرون بروند.

با این همه همه گفتند و شوایر اسرار خان بیرون چاند چند نمایان می شود. فراوش نکنیم دولت قبل، از آن ابتکار که اساسا ضرورتی به انجاش نبود - کم آن که اکنون تولید بنزین پتروشیمی متوقف شده و اتفاقی هم نیافته است - به عنوان یک افتخار یاد می کرد و اکنون رئیس مجلس می گوید بنزین همان افتخار ما است.

موضوع سخن کالبد گزافی آن اتفاق نیست. فرض کنیم، مسئولان کشور چند سال دیگر نیز، با دقت و بی‌پرهیز و پروا، بخواهند درباره بسیاری از اتفاقات خودروی خود را با اکنون می‌افند، عکس العمل نشان دهند.

ایماناً بخواهند گفت خودروی کولافا که از خودروهای بی‌کیفیت، غیر ایمن، آلوده و پر مصرف را به پهای گران به مردم فروختند و جان بسیاری را ستاندند، باید محاکمه شوند؟

ایماناً بخواهند گفت، کسانی که مجوز بی‌حسابی ۱۵-۲۰ طبقه در کوچ‌های ۴ متری شمال تهران را دادند، آنها که به قتل عام درختان این شهر پر غبار چشم بستند، در مسیر و مسیر و ده‌ها مجوز ساخت دادند، که تراشیدند و درخت انداختند و قاتل کور کردند، مناطق مسکونی و تجاری و اداری و صنعتی شهر را در هم آمیختند. باید محاکمه‌شان کرد؟

آبایی المثل نخوانده گفت گنجی استانی که مسلول فرهنگ کشور بودند
ای همه بی سامانی فرهنگ گنجی جاگذاشته که سانی که مسلول آموزش
بودند و هنوز پس از چهار دهه، ده میلیون پیساد مطلق وزرین مانده اند
که آنها که مسلول ارج و قرب نهاد و حمایت کردن از نخبیگان بودند
و جوانان و زارباری دادند و آنها که متولی سلامت جسم و جان جوانان
بودند که صف طلای فهرست اعتیاد در زمان زارباشان بودند و آنها که
متولی سلامت روانی بودند و متولی اخلاقی عوام که در آن متولی
معیشت بودند و اهمال کردند و آنها که مسلول سلامت دولت و نظام
بانگی بودند و اخلاص ا هزار میلیاردی به جاماند و آنها که متولی
همه این‌ها و سیاه طوفانی از این متولی‌ها و مسئولیت‌ها و شعرا را را
سیاه طوفی از این سیاه طوفانی معکوس با مسئولیت و تضاد با شعرا را را
می توان برشرد، اما غرض برشردن صرف نیست.
می توان، رافقای را به معض شرور رصد کرد و پی گرفت و همان
وقت احساس مسئولیت و خط خطر کرد و سرور و راز و ابتدای گرفت و علاج
واقع را پیش از وقوع کرد و جلوی فاجعه را از آغاز سد کرده نه اینکه
به صیقل «جلوی ضرر» از هر کجا بگیریم منفعت است، همه چیز را به
موقع بماند و اگر گذارد و پس از هر فاجعه که سیر و روندش آشکار
بود، بامداد آید که آنها را قبل پستی می کرده بودیم.
موضوع سخن آن است که نه درختان کهن قطع شده دیگر زنده
می شوند نه کشکناک سوانح خردوهای معیوب و باایمن. موضوع آن
است که پیش از آن دوگی - از هر نوعی - به سرطانی از هر گونه
متحیر شود، باید حرکت و همتی کرده بی از آن.

مجموعه آرزو سمنده
۲۸ هزار روز تاريخ ايران و جهان
(۱۳۵۴ - ۱۲۷۸)
منتشر شد
« قيمت DVD ۶۰۰۰ تومان »

یادِ دل‌افشان	یادِ دل‌افشان
به یاد سوم خرداد و حسن باقری بی مانند شکوهی ملکوتی عماد فرح نیا صفحه ۳	تبلور ایمان و عزم ملی در عملیات بیت المقدس سرتیپ دوم ستاد هاشم شهیدی صفحه ۲

گزارش

چه موقعی بترسیم

چه زمانی نترسیم؟

صفحه ۵

مطابق
فقه
محیط زیست
آیت الله دکتر سید مصطفی محقق داماد
صفحه ۶



اعتباری
اعتباری که
«فرش های گازوئیلی»
آتش می زند

ما پدر انا

ما شما

خانواده

مجموعه داستان‌های کوتاه و نمایشنامه

شماره ۱۳۳۳

شماره ۱۳۳۳





سبزی خوردنی



سبزی خوردنی

ویژه خانواده ضمیمه اطلاعات امروز

همایش بزرگداشت عارف بزرگ

ابوالقاسم حلاج


پدر فرهنگ طریقتیان

زمان: چهارشنبه و پنجشنبه ۷ و ۸ مرداد ۱۳۹۳ تا ۹/۱۰/۱۳۹۳

آدرس: خیابان انقلاب - ترسیده به چهارراه ولیعصر

نیش خیابان مظفر جنوبی - پژوهشگاه هنر و معماری

فاز اول مجتتم آب شیرین کن بندر عباس
آکھی فراخوان عمومی شناسایی و پیش ارزیابی
شرکت مهندسی توسعه آب آسیا



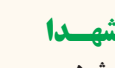
مجلس گرامیداشت یاد بر محرم

حجت الاسلام والمسلمین

رحمانی ابوالشهادا

فردا بر گزار می شود.

رجوع به صفحه ۲



شرکت گاز استان مرکزی (سهامی خاص)

[illegible]

مؤسسه فرهنگی دارالکرام
Darolekram Cultural Institution
حامیان و تحصیل کودکان و جوانان

تحصیل حق همه ها

دانش روزگاری، تهران: ۹۱-۴۳۶-۸۸۸۹۹۹-۰۲۱ (P)
شماره شهید: ۷۵-۰۶۷۹۱۱۴۳۱ (S)
www.Darolekram.com
sms: 100001288

پیداخت ماهیا به مبلغی اندک، به جمع حامیان تحصیلی کودکان بی سرپرست پیوستیم.

دفتر مرکزی تهران: شهر غرب (قدس) بلوار فرادری
تیرماه به چهارراه دریا، کوچه صفه، پلاک ۷۳





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

اطلاعیه پذیرش دانشجوی دوره دکتری

Ph.D research

ردیف	نام مرکز	ظرفیت
۱	سل و بیماری‌های ریوی	۴ نفر
۲	غدد درون ریز و متابولیسم	۴ نفر
۳	چشم	۲ نفر
۴	سرطان	۶ نفر
۵	کلیه و مجاری ادراری	۱ نفر
۶	انستیتو تحقیقات تغذیه و صنایع غذایی	۴ نفر
۷	عقونی اطفال	۲ نفر

حداکثر زمان ثبت نام: ۱۳۹۳/۴/۷

مکان ثبت نام: دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، بزرگراه شهید چمران، ولنجک، خیابان یمن، خیابان شهید اعرابی جنب بیمارستان آیتا...، طالقانی (ساختمان شماره ۲ طبقه اتاق ۶۱۷ دفتر دکتری تخصصی و پژوهشی- متقاضیان جهت اطلاع بیشتر می توانند به وبسایت دانشگاه به آدرس www.sbm.u.ac.ir مراجعه نمایند.

روایع عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

۱۳۹۴/الف

شرکت نفت و آگهی ارزیابی صلاحیت (فراخوان عمومی)

در اجرای آیین‌نامه اجرایی ماده ۲۶ قانون برگزاری مناقصات، شش‌درای صلاحیت در موضوعات تخصصی به شرح ذیل اقدام نماید.

موضوع: ۱- تأمین، تعمیر، نصب و راه‌اندازی تأسیسات و تجهیزات ۲- تأمین، تعمیر، نصب و راه‌اندازی تأسیسات تجهیزات تولید، ۳- عملیات دریایی/ شامل اجاره شناور، راهبری شناور، نمایندگی ساخت و تعمیر مخازن ذخیره نفت، آب و سوخت ۴- خدمات مربوط به چاه‌پیمایی و خدمات لوله مغزی سیار (شاه)

* متقاضیان می‌بایست موضوع/ موضوعاتی را که خواهان شرکت در لایحه بیدیتوسه‌ای از کلیه شرکت‌هایی که دارای شرایط ذیل می‌باشند در نوبت دوم جهت دریافت اوراق الاستعلام ارزیابی کیفی به نشانی تهر خیابان تورج خیابان خاکزاد، شماره ۱۲، طبقه پنجم، امور قراردادهای شرکت‌کنندگان می‌بایست استعلام ارزیابی را ظرف یک ماه پس از تحویل نمایند. به استعلام‌های ارسالی بعد از تاریخ یاد شده ترتیب اثر داده نمی‌گردد.

ارائه مدارک ذیل به هنگام تحویل استعلام‌های ارزیابی الزامی است:

۱- اسامه‌نامه شرکت به نحوی که تأمین خدمات موضوع ارزیابی کیفی را درآوردن شناسه ملی

۲- دارا بودن شرایط مالی


۳- دارا بودن کد اقتصادی اشخاص حقوقی

۴- داشتن گواهینامه صلاحیت معتبر از مراجع ذصلاح

بدیهی است انتشار این آگهی صرفاً به منظور شناسایی و ارزیابی اشرال اسناد و مدارک یاد شده جهت صرفه حقی برای متقاضیان در مقه **تبصره:** تاریخ دقیق تحویل استعلام‌ها به امور قراردادها به نشانی WWW.IOOC.CO.IR درج می‌گردد.

۸۴۰/م الف

وزارت نیرو
شرکت مدیریت منابع آب ایران



شرکت سهامی آب منطقه‌ای سیستان و بلوچستان

آگهی مناقصه عمومی

نوبت دوم

شرکت سهامی آب منطقه‌ای سیستان و بلوچستان در نظر دارد نسبت به برگزاری مناقصه عمومی به منظور اجرای حفاری چاه پیژومتری و مرمت و بازسازی، خرید و نصب تجهیزات و قطعات اندازه‌گیری منابع آب زیرزمینی سران با مشخصات ذیل اقدام نماید:

- ۱- محل اجرای کار:** سراوان
- ۲- مبلغ برآورد کار:** ۲/۰۰۰/۰۰۰/۰۰۰ (دو میلیارد) ریال براساس فهرست بهاء چاهها سال ۱۳۹۲
- ۳- دستگاه مناقصه‌گزار:** شرکت سهامی آب منطقه‌ای سیستان و بلوچستان.

۴- مدت اجرای کار: ۴ ماه

۵- مبلغ تضمین: ۱۲۵/۰۰۰/۰۰۰ (دوازده میلیون و پانصد هزار) ریال.

بدینوسیله از کلیه پیمانکاران واجد شرایط و دارای گواهینامه صلاحیت حداقل رتبه ۵ رشته کاوش‌های زمینی صادره از سوی معاونت برنامه‌ریزی و نظارت راهبردی ریاست محترم جمهوری داوطلب شرکت در مناقصه دعوت می‌شود جهت خرید اسناد مناقصه از تاریخ انتشار آگهی به مدت ۴ روز کاری با در دست داشتن فیش واریزی به حساب سیبا شماره ۰۰۸۰۸۲۶۰۰۰۰۰۰۰ نزد بانک ملی شعبه ۱۵ خرداد زاهدان به مبلغ (۲۰۰/۰۰۰) دویست هزار ریال به آدرس زاهدان خیابان دانشگاه - نیش دانشگاه ۳۹ آب منطقه‌ای سیستان و بلوچستان دفتر قراردادها مراجعه نمایند.

نفت قاره ایران
بیت مناقصه گران
(ارزیابی کیفی)

نفت فلات قاره ایران در نظر دارد نسبت به ارزیابی کیفی مناقصه گران تولید، انتقال و فروش نفت و گاز در دریا و ل و فروش نفت و گاز در خشکی پشتیبانی (کمکی و بندری و... و سوخت رسانی) Well Service و تأمین تجهیزات مربوط می باشد را به صراحت تعیین نماید.

می شود در صورت تمایل حداکثر ظرف ۱۵ روز از تاریخ انتشار آگهی خیابان ولیعصر بالاتر از مسجد لال، نرسیده به تقاطع مدرس - چمران ، شرکت نفت فلات قاره ایران مراجعه نمایند.

ساز آگهی نوبت دوم تکمیل به امور قراردادهای به نشانی یاد شده بالا نده خواهد شد.

یادداشت:
موضوع اساسنامه شرکت قید گردیده باشد.

ضمایم طبق قانون برگزاری مناقصات و آیین نامه های اجرایی آن بوده و این شرکت ایجاد نمی کند.

ساز در روز آگهی نوبت دوم در سایت اینترنتی این شرکت

شرکت نفت فلات قاره ایران
روابط عمومی

به یاد سوم خرداد و حسن باقری بی‌مانند

شکوهی ملکوتی
عماد فرح‌نیا
مدخل: آرنولد شوپنرگ، آهنگساز بزرگ اتریشی، زمانی در خصوص ژورژیزه، آهنگساز شهپر فرانسوی گفت: «اگر بیزه هیچ اثری جز، اپرای کارمن (Carmen) را نمی‌ساخت، تنها به همین خاطر نیز جاودانه می‌شد.»

در خصوص این قول، حقیقتی حضور دارد که بی‌کم و کاست و در ابعادی به مراتب عظیم‌تر و چه بسا اسطوره‌سان، در خصوص یگانگی مثالی محقق است که همه تاریخ این ملک کهن و برای همه زمان‌ها و مکان‌ها، و هر خرد ورز شریف به حقیقت در می‌یابد که او به مراتب پیش از تنها یک شاهکار آفریده و ژرف‌ترین و مستعناک‌اندیشه، تدافع و غرور ملی-بی‌ذاتی ملتی را در سخت‌ترین و تنهاترین اعصارش، به قطعتی به شکوهی ملکوتی در رساند.
ارژرئال و یگانه فرمانده بن‌بست‌شکنی که نسی و دو سال پیشتر از امروز درست در همین ماه فر مانده قرار کذب نصر بود.

غلامحسین افشردی (ملقب به حسن باقری).

یگانگی بی‌مثال حسن باقری در زمستان ۱۳۳۴ به جهان هستی گام بودن نهاد. آنقدر نارس و زود آمده که هر مشاهده‌امیادار و مشتاقی، غلامحسین باقری را به مشاهده‌اش تصور نمود، آله به بزرگترین استراتژیست و استوارترین فرمانده عالی دفاع میهنی، در تقابل با مخوف‌ترین مهاجمان تمامیت‌خواهی که مدعای به تئاراج‌بردن جان، خاک و اصول ملتی بشدت تنها و به همان میزان باورمند و استوار را داشتند.

مکتبگری، پیامو، ژول، رومل، مک آرتور، کارل وینش و هیدنبورگ، فرماندهان عالی جنگ در تقابل با دشمن پیش‌رو، میزان تنهایی از نفوس، تجهیزات و حمایت در اختیار داشتند، تنها مونتگمری ژنرال انگلیسی در نبرد العلین در مقابل قوای رایش سوم به فرماندهی رومل، تقریباً ۶۰ درصد پیش از رومل، ادوات زرهی، نیروی مکانیزه، نفوس انسانی در اختیار داشت. حقیقتی بی‌عظم، توان نظامی (قطع نظر از میزان نیروی پیاده) در تقابل با اثرش بعث به میزان به مراتب کمتری است.

مفهوم می‌که جایگاه رفیع حسن باقری را آزادسانیش بخش می‌دهد.
خاک این ملک کهن در طی عملیات طریق‌القدس (بستان آذرمه ۶۱) فتح‌العلین (فروردین ۶۱)–دشت عباس–سایت‌ها) و آن بخش از خاک میهن که به هر نحی باقی‌ماند تاریخ بر فرازگان این سرزمین، عشق عشاق بر اثر ریختن خرمشهر (عملیات ایبیت‌القدس–خرداد/اردیبهشت ۶۱) جلوه گر می‌سازد.

آزادسانری خاک و ششادمانی کنه به یمن شناسایی‌های محمود شهبازی و گروه‌وی در لشکر ۲۷ محمدرسول... طی فروردین و اردیبهشت ۶۱ به شکلی ستایش برانگیز محقق شد.

و در لحظه‌ای که در شب واپسین شناسایی، پس از گذر از کارون، به حسن باقری که در بخش شرقی رود منظر‌شان‌بود گفته‌شد که «بالا بره‌اشب

دستم را به جاده آسفالت (اهواز–خرمشهر) زدم و آن دم حسن باقری به آنان گفت، خرمشهر آزاد شد!حقیقتی که در آن لحظات فقط آنان که باقری را می‌شناختند، لطف‌های تردید نمی‌داشتند که قریب ۴۰ روز بعد، خبری خواهد شد در صدر اخبار بی‌سی، صدای آمریکا و رادیو اسرائیل، که همه عالم را به تعظیم در مقابل او و همه هم‌زمان او و او می‌دارد، خبری که قلب ملتی را به همه هستی‌شان، شد نمود.

به یاد آن بی‌مانند، غلامحسین افشردی

سوم خرداد ۱۳۹۳

مراسم رونمایی از کتاب «سایه سبزو» و بزرگداشت مقام علمی، فرهنگی و اخلاقی استاد احمد مهدوی دامغانی با حضور اصحاب علم، فرهنگ و اندیشه نظیر دکتر غلامعلی حداد عادل و استادانی نظیر آیت‌الله‌سیدمحمد موسوی‌جنوردی، حجت‌الاسلام محمدجواد حبینی کرمانی، دکتر سیدعلی موسوی کرمارودی، علی‌وقایی، استاد شفیعی کدکنی،دکتر سید کمال خرازی، سید محمود دعایی و جمعی دیگر از اهالی فرهنگ و ادب در مرکز فرهنگی شهر کتاب برگزار شد.

در ادبیات به معنای واقعی **مجتهد** است آیت الله سیدمحمد موسوی بجنوردی یکی از مستخرانان این مراسم بود، که بیان داشت: استاداحمدی مهدوی دامغانی، فرزند دانشمند عظم و ادیب توانا آیت الله آقا شیخ کاظم دامغانی است که به نظر پدر دکتر مهدوی بسیار مظلوم مانده است.

وی اضافه کرد: حوزه علمیه مشهد تقریباً از یکصد سال پیش با به امروز، جمعی از بزرگترین فلاسفه اسلامی را تربیت کرده‌است. پدرم هنگام تعریف کردن ماجراهای حوزه مشهد، از ملک‌الشعرا بهار و ایرج میرزا می‌گفت. از بعضی از شعرهای ایرج میرزا که بگذریم، نباید او را دست کم بگیریم. او در روانی و سرعت در شعر یکی از شاعران بزرگ است.

آیت‌الله بجنوردی ادامه داد: پدرم تعریف می‌کرد یکبار که ایرج میرزا از مسیر بازار سرشوت تا مدرسه‌نواب گذری می‌کرد، تصویر زنی را روی دیوار کشیده بودند و مرد مردم و فریاد به راه انداخته بودند. ایرج میرزا بعد از دیدن ماجرا در مسیری که از بازار تا مدرسه طی می‌کرد قصیده‌ای را سرود که هنگام رسیدن، آن را برای پدرم خواند. پدرم وقتی مطلب را شعری را یک بار برایش می‌خواندند، حفظ می‌کرد و بعد از حفظ کردن، شعر را برای من خواند. وی با بیان اینکه ایرج از شاگردان ادیب نیشابوری اول بود، آقا شیخ کاظم هم از شاگردان ادیب نیشابوری اول بود، افزود: بزرگان زیادی در حوزه و مدرسه مشهد بودند و اکثر کسانی که امروز در کشور آیت‌الله شده‌اند و با در شرف مرجهت هستند از شاگردان آقا شیخ کاظم دامغانی محسوب می‌شوند.

آیت‌الله بجنوردی گفت: فرزند ارشد آقا شیخ کاظم در ادبیات عرب نابغه بود و در این زمینه ابتعاد از تفکر غربی می‌توان گفت از ادیب نیشابوری دوم می‌گردد. پدرم هم در مقام بود وی اضافه کرد: خراسان مرکز ادبیات، قفه و اصول بود. ما قلم را روی سرمان می‌گذاریم، البته بعد از بخت، ماعلی‌علین حوزه جهان تشیع است ولی نباید خراسان را فراموش کنیم. شما از آقا شیخ کاظم دامغانی اطلاعات زیادی ندارید ولی ایشان از ادبا و فقهای بزرگ بود. حالا نقل فرزندانش دکتر احمد، آتشید محمدضای

که شد وزیر اجل تیره چشم فضل و ادب گمان دارد شعر از رشید یاسمی از ادبای آن روزگار است که در زبانی سید احمد رضوی ملقب به ادیب بنبشوری سروده بود. ادیب بنبشابوری نابغه‌ای نامدار و صاحب‌قلم با حافظه و انشراف شگفت‌انگیز در ادبیات فارسی و عربی بود که پس از عمری دریدری و سرگردانی به ایران آمد و بجنبدی در آسمان ادب ایران درخشید و سرانجام در سنین بالای‌نود در تهران بارود حیات گفت.

در آن روزگاران راه‌سفر به اروپا و آمریکا تازه باز شده بود، اما رسته‌ها و دولت‌ها بیشتر سرمست اشتکافات‌مادی غرب بودند. از شکوه و عظمت فرهنگ اسلامی کمتر سخن در میان می‌آمد، به ما

شاگردان مدارس جدید چنین القا می‌شد که علم و فن‌آوری غرب حلال‌کلیه در گیری‌های مادی و

فکره ده است، اما می‌گویند که استاد مهدوی دامغانی در حوزه ادبیات عرب از او بهتر است. (ایشان در دانشگاه هاروارد، بسیار منشأ اثر است و یابار آدم در دایره‌المعارف بزرگ اسلامی نیز در ارتباط است و

از محضر ایشان پرسش‌های تخصصی رف رجوع می‌شود.

پیام پروفور فضل‌الله رضا

در ادامه، سید محمود دعایی، مدیر مسئول روزنامه اطلاعات متن پیام پروفور فضل‌الله رضا را به شرح زیر قرائت کرد:

به نام خداوند

برای رونمایی سایه سرو استاد مهدوی

دامغانی
بارود فراوان به محضر استادان و پژوهشگران زبان و ادب فارسی که امروز برای رونمایی کتاب گرانتقدر «سایه سرو» در تجلیل از خدمات فرهنگی استادبی بدیل ادب فارسی و عربی دانشگاه هاروارد، استاداحمدی مهدوی دامغانی در تهران محفل ادبی

چون استاد بزرگوار ما نتوانستند این مجلس بزرگداشت را با حضور خود مزیسن بفرمایند، رونمایی کتاب به وسیله‌ی دانشمند ایشان، ادیب فرزانه و مترجم عاقلقدرد، بانو فریده مهدوی دامغانی (محمدی) به ایشان تقدیم می‌شود.

از این بدین فضل‌الله رضا، یکی از خدمتگزاران

معنوی بشسر تواند بود، اما نهیت سخنان بلند نابغه یکتاقلای پیشاور که سال‌ها جانش در معرض خطر مهاجمان غرب بود. ما شاگردمدرس‌های‌ای بی‌خیر از تحت و فوق وجود را آگاهی دیگری می‌داد:

گسان میر که به پایان رسیدد دور مغان

هزار جرعه ناخورده در رگ تاک است
دیبدم که یک جوان بنبشابوری با پای پیاده از بنبشاور و هند می‌گریزد. از طریق افغانستان و خراسان بزرگ و ایران خود را به اقیانوس پهناور فرهنگ ایران‌اسلامی می‌رساند. در سراهر شهری دهی بزرگان صاحب‌نظر را جستجو می‌کند، آنها را درمی‌یابد و در خدمت ایشان تلمذ می‌کند: آب کم جو، تشنگی آور به دست

تا بچوشدد آبت از بیلا و پست
بزرگداشت را با حضور خود مزیسن بفرمایند، رونمایی کتاب به وسیله‌ی دانشمند ایشان، ادیب فرزانه و مترجم عاقلقدرد، بانو فریده مهدوی دامغانی (محمدی) به ایشان تقدیم می‌شود.

از این بدین فضل‌الله رضا، یکی از خدمتگزاران

اخبار داخلی

عربی مدتی در منزل اسفندیاری میهمان عاقلقدرد بود. کسی بی‌اجازه به اتاق ادب وارد نمی‌شد. مستخدم سینی غذا را پشت در می‌گذاشت و آهسته انگشت به در می‌زد. نوای زمزمه سید آژاده در شعرخوانی از پشت در به گوش می‌رسید.

در سال‌های پایانی سده نوزدهم میلادی، در کنار صدای چرخ دنده‌های ماشین‌های انقلاب صنعتی غرب، زمزمه‌هایی برای بازنگری فرهنگ شکوهند اسلامی به گوش می‌رسید که می‌گفت: ما سمیعیم و بصیریم و هشیم
ما نسما نامرحمان ما خامشیم
اشارات حاج ملاهادی سبزواری و سروده‌های زنگین‌اقبال لاهوری و نهیب‌های حماسی ادیب بنبشابوری را می‌توان از نطفه‌های این نهضت برشمرد. دربابی از کتاب‌های خطی در کتابخانه‌های خصوصی خانواده‌های مشهور شرق بود که دست‌نخورده مانده بود. پژوهش در محتوای این دریای بی‌کران، پایگاه بازایی شکوه فرهنگ

مجتبایی بود که در ابتدا گفت: وجوبه مردم دانا بسان زر طلاست
که هر کجا که رُود قدر و قیمتش دانند
آقای مهدوی دامغانی از آدم‌های بسیار باغری‌بی هستند که وقتی در ایران حضور داشت، حضورش معتمد و قابل استفاده بود و اکنون هم که در خارج از کشور حضور دارند نیز حضورشان معتمد و قابل استفاده است.

وی با اشاره به این مطلب که در سال ۱۳۵۰ با استاد مهدوی دامغانی در ادبیات عرب حیرت‌آور بود. ایشان اسماً در حوزه زبان و ادبیات عرب کار می‌کردند اما یک مرجع و منبع اطلاعات برای کسانی که در رشته الهیات آن زمان درس می‌خواندند، محسوب می‌شد.
مجتبایی ادامه داد: بنده از مرحوم دکتر محمدی شنیدم که یکی از شخصیت‌های بارز در زبان و ادبیات عرب، دکتر مهدوی دامغانی است و حتی اگر در قصیده‌هایی دچار مشکل می‌شد از دکتر مهدوی

وی افزود: دکتر مهدوی دامغانی به ادبیات عرب و به ویژه شعر عرب علاقه بسیاری داشتند اما من در اینجا یک سؤال دارم که چرا باید یک آدم نظیر را از دست‌بدهیم در حالی که اکنون استاد درجه یک در کشورهای غربی نیز در حوزه عرب کسم داریم و دیگر در ایران همانند استاد مهدوی ندگی‌اش جاقافتاده و در آنجا جاگیر شده‌است و کرده باشم و این اتفاق هم افتاد.

رئیس فرهنگستان زبان و ادب فارسی گفت: برای آمدن دکتر مهدوی به ایران هیچ مانعی وجود نداشته‌است و این را بنده خدمت شما عرض می‌کنم



میثم کریمی

که دینسال این کار بود،م و هر سال هم که به آمریکا رننگ زندم به این استاد گفتم‌ه که خیالشان راحت باشد که هیچ مشکلی برای حضور ایشان در کشور وجود ندارد اما استاد مهدوی دیگر در آن کشور زندگی‌اش جاقافتاده و در آنجا جاگیر شده‌است و انسی به شاگردان و آن مجموعه دارند.اما فیض‌شان به ایران می‌رسد.

وی اضافه کرد: یکی از تأسف‌های بنده در ایران امروز این است که هیچ‌چه به زبان و ادبیات عرب از آثار نامطلوب آن این بود که مسلمانان را با هم دشمن کرد و همه ما‌ها به جان هم افتادیم و از هم دور شدیم و همه ما متوجه یک قلبه دیگر می‌شویم هم ما و هم عرب‌ها، ترک‌ها و هندی‌ها و همه و همه و از آن روابط علمی و فرهنگی دیرینه ۱۴۰۰ ساله غافل شدیم.

دکتر حدادعادل ادامه داد: زبان عربی خواندند و تسلط بر زبان و ادبیات عرب داشتند، اکنون در کشور جزو یکی از زبان‌های خارجی به شمار می‌رود که این جای تأسف است، شما هر سال در چه اولی را در زبان و ادب فارسی طی می‌۷۰ تا ۸۰ سال‌اخیر در ایران ببینید،خواهیدفمید که مسلط بر ادبیات عرب است و اصلاً آنها را هم تفکیک‌ناپذیر است یعنی با تسلط بر ادبیات عرب، تسلط به ادبیات فارسی برای کسی به این آسانی‌ها صورت نمی‌گیرد به گونه‌ای دیگر این دریای ادبیات عرب، قصاید عربی و تاریخ ادبیات عرب و وسعت جهان اسلام از آن رفقا تا خاورمیانه و کشورهای غربی، همه در دسترس ایران بزرگ ما بوده‌است.

وی افزود:وجوددکتر مهدوی یک برهانی

است بر عرایض بنده که ما اگر بخواهیم تجدید عهدی با ادبیات فارسی به نحو حاصل و ریشه‌داری داشته باشیم باید ادبیات عرب بی‌مهری نکنیم یعنی باید استادان درجه اول ادبیات فارسی به ادبیات عرب مسلط و دوباره در این سرزمین قد برافرازند.

شهادت به مراسم فردوسی

در ادامه این مراسم جلال خاقلی مطلق بیان داشت: حدود ۲۵۰ سال پیش در شهر لُس آنجلس جلوس‌های در مورد حکیم فردوسی برگزار شد. در آن زمان تمام به یک مرد بسیار محترم و آرام به سمت من می‌آمد که تلب تشب بپایم ایجاد داشت و من نیز به تلب تشب بپایم خرمشهر را دیدم و وقتی به آن نزدیک شدم در آن پرسیدم در دیدچه شاهنامه، ابیات خلفا در متن برده‌اید یا در حاشیه؟ گفتم در حاشیه، گفت چرا؟ در جوابش گفتم که فقط به خاطر تشبیه‌شناسی و متن‌شناسی، نه در متن شاهنامه، بزرگ من جمع شدند اما در دور زمان و مکان استوار درجه اول ادبیات فارسی به ادبیات حلقه زده است و وقتی از کسی پرسیدم که اسم او چیست، گفت: دکتر احمدی دامغانی، به سمت او رفته و عذرخواهی کردم.

وی اضافه کرد: همیشه از نصیحت پشتیبان و مهربانی استاد مهدوی دامغانی بهره‌برده‌ام. به گونه‌ای که استاد مهدوی انواع و اقسام مهربانی را در من داشته‌اند حتی بنده بین استاد مهدوی دامغانی و حکیم فردوسی بنده به چه مشترک می‌بینم که از جمله آن می‌توان به ارادت هر دوی آنها به خاندان ائمه اطهار (ع) و انشراف آنها به زنان عرب و دبلیگن‌شان به زبان فارسی و مهربان‌ان و وطن و ایران اشاره کرد. بنده در مورد فردوسی و اشعارش حدس می‌زنم که دارای تواضع استاد اما در استاد مهدوی دامغانی به این مهم تأکید دارم که این مرد دارای تواضع و تواضع است.

وی تصریح کرد:استادددر دیدچه شمعشع شاهنامه فردوسی ثابت کرده‌اند که مذهب فردوسی شیعه دوازده امامی است، و من همیشه و هرجا‌درباره این مسئله صحبتی می‌شود دانشجویان را راجع می‌هم به نظر ایشان که به نظر مستند ترین مقاله در مورد مذهب ابوالقاسم فردوسی را نوشته‌است.

با استاد مهدوی دامغانی به جواب رسیدم

در ادامه این مراسم مهدی فیروزان مدیر‌عامل شهر کتاب گفت: ادیب بزرگ هم دارای تأثیرات مشهور دستنند و هم تأثیرات غیر مشهور. شاید این تأثیرات ادیب مشهور مصداقی و یا عمومی باشد. وی اضافه کرد: همیشه این سوال در ذهن من بوده است که چرا ایرانی‌ها با بسواد و اهل دانش که به خارج از کشور سفر می‌کنند، چه نسبتی با بقیه ایرانی‌ها و من پیدا می‌کنند و همیشه با دکتر مهدوی جواب این سوال را گرفتم، رسیدن به این سوال قبلاً برای من سخت بود ولی امروز جواب این سوال راحت به ذهن آدم می‌آید.فیروزان ادامه داد: پس از عصر ارتباطات مقایسه و معانی و حدود تعریف کرده‌اند یعنی بعضی‌ها متضاد و متحرک شدند، وقتی مقایسه عوض می‌شود شاید پاسخگوئی به برخی از سوالات راحت‌تر باشد.

بقیه در صفحه ۱۳

نمایش افیلیم مستند در «حماسه خرمشهر در آئینه سینمای مستند»

برنامه «حماسه خرمشهر در آئینه سینمای مستند» با نمایش افیلیم مستند با موضوع خرمشهر در سالن «سینما حقیقت» مرکز گسترش سینمایی مستند، تجربی برگزار می‌شود.

به گزارش فارس، در این برنامه که طی روزهای سوم و چهارم خرداد ماه ۱۳۹۳ و با مشارکت سازمان توسعه سینمایی سوره و بنیاد شهید و امور ایثارگران، در سالن «سینماحقیقت» مرکز گسترش سینمای مستند و تجربی برگزار می‌شود، هشت فیلم مستند با موضوع خرمشهر به نمایش عمومی درمی‌آید.

برنامه کامل «حماسه خرمشهر در آئینه سینمای مستند» به این شرح است:

شنبه سوم خرداد ماه از ساعت ۱۷ تا ۱۸۳۰ مستند «فرزند خرمشهر» علی خسروی و ۵۷۸۰ روز» هژوار نوانی، ساعت ۱۵ تا ۲۰ «شهری در آسمان- قسمت پنجم» شهید سید مرئضی آوینی، «امهد نبودی» شهروز تولک و «دروز سوم» حمید زرگرنژاد.

شرکت در برنامه «حماسه

خرمشهر در آئینه سینمای مستند» برای عموم آزاد و رایگان است و علاقمندان می‌توانند براساس جدول زمانی اعلام شده، به سالن «سینماحقیقت» مرکز گسترش سینمای مستند و تجربی مراجعه‌کنند.



اخبار داخلی



بزرگداشت مقام علمی استاد مهدوی دامغانی در شهر کتاب



آیت‌الله‌موسوی‌بجنوردی



پروفور فضل‌الله رضا



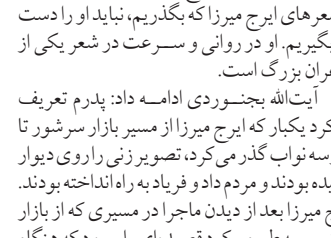
محمدجواد حبینی کرمانی



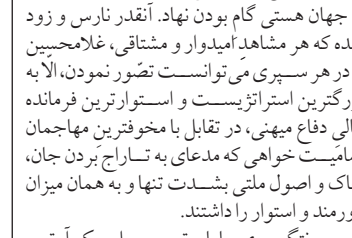
جلال خاقلی مطلق



دکتر مهدی محقق



دکتر حاد عادل



دکتر خداد عادل

کسم کی گرفت و او را از لحاظ اخلاقی و تواضع علمی بسیار مازندنی می‌دانست.
وی افزود: استاد مهدوی آنقدر تواضع بود که زمینه بخل و خودبزرگی از این فرد به دور بود اما اکنون جوانان جوای علم شاید این خصصت را نداشته باشند.
در حالی که می‌خواستند استاد را برای مدرسه دارالفنون انتخاب کنند با توجه به اینکه آقای مهدوی دامغانی در زبان عرب دارای تبحر لازم بود، اما پیشنهاد دادند که آقای بدیع الزمانی درستانی استاد شوند در صورتی که معمولاً رقیان این کار را نمی‌کنند.

مجتبایی عنوان کرد: حتی شهید مطهری نیز درباره‌ی مهدوی دامغانی سفارش‌هایی کردند یعنی در جلسه‌ای که استاد مطهری

از آن حضور داشت گفتند که بی‌مهری‌ای به آقای

مهدوی می‌شود، آقای

مطهری بسیار سخت آشفته

شد و گفتند دکتر مهدوی

انسانی است که اینگونه

حرف‌ها را می‌زند و صدق

نمی‌کند و از ستون‌های

دانشکده الهیات و دانش

ایران استاد استاد مهدوی

بعد از انقلاب پناجر شد به

رغم اینکه استاد مطهری سفارش‌های زیادی کرده بودند به ناگزیر از ایران خارج شوند.

وی‌افزود: استاد مهدوی نماینده‌ی بسیار شایسته و افتخار آمیزی برای فرهنگ ایران است،ایشان کش

شرایطی فراهم می‌شد که استاد در ایران حضور داشته و در دانشگاه‌ها و مراکز علمی نیز به تدریس بپردازند.

لژوم محرم استاد در کشور

در ادامه این مراسم دکتر مهدوی محقق، استاد زبان و ادبیات فارسی بیان داشت: بنده با آقای

مهدوی دامغانی قوم و خویش هستم حتی بنده در

ایران کتاب «محقق‌نامه» در شرح اخود را نوشته و

شجره نامه‌ای را بیان کرده‌م که در آن نسبت فامیلی ما

با آقای مهدوی دامغانی نیز آمده‌است. ما شنبه آینده

در انجمن آثار و مفاخر، بزرگداشت مرحوم آیت‌الله

عبدالله نورانی را برگزار می‌کنیم که از دوستان دکتر

مهدوی دامغانی است. به یاد دارم که در سال‌های

جوانی در مدرسه سپهسالار با مرحوم مطهری،

محیط طباطبایی و دکتر مهدوی جمع می‌شدیم و

گوشی تلفات را همیشه در عرض‌ناب می‌کنند و

یکی از کارهای من هم این است که وقتی نامه‌ای از

دکتر مهدوی به دستم می‌رسد برای این که درسی

به فرزندان و نوه‌هایم بدهم، نامه را دست آنها داده و

می‌گویم شروع کنید به خواندن و ببینید آیا می‌توانید

بخوانید و از نامه‌های استاد مهدوی استفاده آموزشی

می‌کنیم.

حدادعادل ادامه داد: دکتر مهدوی را برای

اولین سفری که به آمریکا کرده‌ام حدود ۲۰ و اندکی

سال پیش که در خرازی هم در آن جا حضور

داشتند، دیده و شناختم و هم در جمع استادانی که

به زبان و ادب فارسی اهتمام داشتند. به همین منظور

رشته دوستی بین ما برقرار شد و همواره با جانب

ایشان لطف و از جانب ما ارادت است.

وی افزود: چندین مقاله از استاد مهدوی برای

درج در دانشنامه جهان اسلام اخذ شده‌است که به

دلیل فصل بودن برخی از مقاله‌ها، آنها را به صورت

جداگانه در قالب یک کتاب به چاپ رساندیم، اما

همچنین بنده از دانش، اخلاق و محبت این استاد

استفاده می‌کنم و در کارهایم هر جا بامشکلی در زبان

عربی برخورد کرده‌ام از این استاد بهره‌مند شدم، هم

در ترجمه قرآن و هم در گزیده مکاتبات مولانا که

دکتر مهدوی نظر لطف داشته و بنده هم در مقدمه

کتاب‌هایم این مطلب را ذکر کرده‌ام.

دکتر حدادعادل بیان کرد: بنده دو بار در منزل

استاد مهدوی میهمان ب‌زدم و محبت دیده‌ام و در

نهایت روزی که میهمان استاد بسودم روز ولادت

پیامبر گرامی اسلام بود که وقتی اهل خانه، منزل

تخصیل زمین ایستگاه تقلیل فشار قهستان

ایند معین: ۱۸۶۲۵۰۰ متر

قهستان

۵۰ متر

اسدیه

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

مرداب

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

۵۰ متر

قرعه کشی مسابقات فوتسال جام باشگاه‌های آسیا

تیم دبیری تبریز در مسابقات فوتسال جام باشگاه‌های آسیا–۲۰۱۴ چين با قهرمان سال گذشته، همگروه شد.

مسابقات فوتسال جام باشگاه‌های آسیا، دیروز در مقر کنفدراسیون فوتبال آسیا قرعه کشی شد و تیم دبیری تبریز به عنوان نماینده فوتسال ایران در گروه دوم با تیم‌های «چونیوری» تایلد، «پاناک» لبنان و «القادسیه» کویت همگروه شد.چونیوری تایلد، سال گذشته با شکست تیم گیتی پسند ایران به عنوان قهرمانی جام باشگاه‌های آسیا رسید. قهرمان فصل گذشته آسیا، حالا در مرحله مقدماتی به تیم دبیری تبریز، خورده است. تیم دبیری در فصل گذشته لیگ برتر فوتسال ایران با سرمربیگری وحید شمسایی به عنوان قهرمانی لیگ برتر رسید.در گروه یکم این دوره از مسابقات، تیم‌های «شژن» چین، «ناکویا» ژاپن، «لوکوموتیو» ازبکستان و «ویک و پیرز» استرالیا به رقابت خواهند پرداخت.این مسابقات از سوم تا هشتم شهریور امسال به میزبانی چین برگزار خواهد شد.

برنامه‌های تیم ملی بسکتبال جوانان برای رقابت‌های قهرمانی آسیا



«میلوش پینچ» سرمربی صربستانی تیم ملی بسکتبال جوانان ایران، برنامه‌های آماده‌سازی ملی پوشان را برای حضوری قدرتمند در رقابت‌های قهرمانی آسیا، تشریح کرد.
سرمربی صربستانی تیم ملی بسکتبال جوانان آسیا در حریفان آسیایی خواهد رود. این دوره از رقابت‌های قهرمانی جوانان آسیا در دوحه قطر برگزار می‌شود.تیم ملی بسکتبال جوانان، زیر نظر سرمربی جدید می‌شود. بسیاری از کارشناسان بسکتبال، تیم ایران را شانس نخست قهرمانی می‌دانند و معتقدند که ملی پوشان با قرار گرفتن بر سکوی قهرمانی، سهمیه جام جهانی یونان را کسب می‌کنند. تیم ملی بسکتبال جوانان، از دوم تا هشتم خرداد در رقابت‌های قهرمانی بزرگسالان غرب آسیا – ۲۰۱۴ اردن، شرکت می‌کند. این رقابت به نخستین میدان آزمایشی «میلوش پینچ» صرب است، چونکه برای نخستین بار، روی نیمکت تیم ملی بسکتبال جوانان ایران می‌نشیند. او، این رقابت ها را فرصتی برای شناخت بازیکنان جوان کشورمان می‌داند.

او در باره شرایط بسکتبال ایران، گفت: ۱۵ روز است که در ایران هشتم و هنوز شناختن و آگاهی کامل از بسکتبال ایران ندارم. با توجه به آنچه در این مدت در تمرین‌های تیم ملی جوانان دیدم، در یافتن که جوانان ایران، از نظر فیزیک و قامت، شرایط خوبی دارند. از نظر تکنیکی نیز خوب هستند و هماهنگ کار می‌کنند. انتخاب‌های خوبی، برای ترکیب اعزامی به اردن انجام شد. رقابت‌های قهرمانی غربی آسیا، فرصت خوبی است تا شناخت کاملی از بازیکنان و توانایی‌های آنان بدست آورم و در باره میزان اهمیت رقابت‌های غرب آسیا، برای جوانان کشورمان، افزود: این مسابقات در سطح بزرگسالان است و ما با ترکیب زیر ۱۸ سال مقابل تیم‌های اصلی کشورهای منطقه به میدان می‌رویم. به نظر، بهمدانی بسیار مناسب برای جوانان است تا با حریفانی که سطح بالاتری دارند، رقابت کنند و آماده‌شوند. این سطح از مسابقه، آمادگی جوانان را بالا می‌برد. بازی‌های بسیار دشواری مقابل تیم‌های بزرگسالان اردن و سوریه خواهیم داشت. میلوش پینچ با اشاره به اینکه با پیجیرویچ، برنامه‌ها را هماهنگ کرده است، گفت: تپیی که در اختیار من است، آینده بسکتبال ایران را می‌سازد. این بازیکنان در آینده، وارد عرصه بزرگسالان می‌شوند و زیر نظر پیجیرویچ کار خواهند کرد. بر همین اساس، برنامه‌های تیم جوانان و بزرگسالان، هماهنگ شده است و همگام با هم پیش می‌رود.

وزیر بهداشت:

نوسازی مراکز درمانی فرسوده نیازمند کمک شهرداری است

وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: شهرداری تهران در حوزه سلامت، بخصوص در بحث پیشگیری خدمات ارزنده‌ای ارائه کرده اما در حوزه درمان به ویژه بازسازی مراکز فرسوده درمانی به شدت نیازمند کمک های شهرداری هستیم.

به گزارش وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دکتر سیدجسن هاشمی در نشست رسانی دوحه وزارت بهداشت و شهرداری تهران در خصوص بررسی وضعیت ساختمان ها و فضای فیزیکی حوزه بهداشت و درمان پایتخت، تأکید کرد: شهر تهران مراکز درمانی متعددی دارد که قدمت برخی از آنها زیاد بوده و ضروری است که جهت بازسازی و نوسازی این مراکز تدابیر لازم از سوی وزارت بهداشت و شهرداری تهران اتخاذ شود. وی تصریح کرد: طی سال ها با توسعه علم پزشکی و افزایش طول عمر مردم، نوع بیماری ها نیز تغییر کرده اما خدمات درمانی که در شهر تهران به مردم ارائه می‌شود، به لحاظ فضا و خدمات جانی، در شان آنان نیست. دکتر هاشمی با بیان اینکه یکی از برنامه های شهرداری تهران توجه به بافت های فرسوده است، افزود: بیمارستان های فرسوده باید در اولویت این برنامه قرار گیرند. هاشمی خاطر نشان کرد: در حال حاضر کشورهای همسایه ایران در حال ساخت و احداث بیمارستان های سه هزار تخت خوابه هستند اما بهترین مراکز علمی و خدماتی ما در دانشگاه ها که کلیر سید جمعه پزشکی هستند، قدمت بالای ۶۰ سال دارند. قابلیت شهر دار تهران نیز با اشاره به اینکه تجربه نشان می دهد تمام مشکلات مربوط به فضاهای بیمارستانی باهمدلی و همکاری بر طرف خواهد شد، گفت: امروز با افزایش آگاهی نسبت به فضاهای شهر تهران می توان به راه های کوتاهتری برای رفع مشکلات رسید. بیمارستان های تهران بعد از اتمام نشست از بیمارستان های روزبه و قارایی و شهدای تجریش بازدید کردند. در پی این بازدید در خصوص بازسازی، بهسازی و بازتوزیع تخت های بستری در سطح شهر تهران بحث و تبادل نظر شد. هاشمی هدف از بازدید امروز را ساخت مراکز مدرن، شایسته شهر تهران و پایتخت جمهوری اسلامی ایران عنوان کرد.

بسیست و پنجمین دوره لیگ جهانی والیبال، دیروز با بازی دو تیم قدرتمند برزیل و ایتالیا در گروه یکم، آغاز شد.

لیگ جهانی والیبال با حضور ۲۸ تیم در سه دسته برگزار می‌شود. هشت تیم برتر جهان در دسته یکم این رقابت‌ها با هم رقابت می‌کنند. کادرفنی تیم ملی والیبال ایران، آسامی ۲۱ بازیکن را برای شرکت در ۱۲ مسابقه دور مقدماتی لیگ جهانی در سال ۲۰۱۴ به فدراسیون جهانی اعلام کرده است.

میرسعید معروف، مهدی مهدوی، محمدطاهر وادی، سید محمد موسوی، عادل غلامی، علیرضا جدیدی، آرمن تشکرکی، سامان فازنی، مجتبی میرزاجانپور، فرهاد قائمی، رحمان داودی، علیرضا میاشری، امیر غفور، شهرام محمودی، ارش کشاورزی، مهدی مرندی، فرهاد طریف، پوریا فیاضی، رضا قراء، میلاد عبادی‌پور، سعید مصطفی‌وند و عبدالرضا علیزاده ۲۲ بازیکن ایران در لیگ جهانی والیبال هستند.

تیم ملی والیبال ایران، سال گذشته در نخستین حضور خود در لیگ جهانی، صاحب مقام نهم جهان شد.

رقابت‌های گروه سطح یک لیگ جهانی والیبال با حضور هشت تیم در گروه A(ایران، ایتالیا، برزیل و لهستان) و گروه B(بلغارستان، ایالات متحده، روسیه و صربستان) به مدت ۴ روز برگزار

یکر پاک «پهلوان باشی» علیرضا سلیمانی، صبح دیروز با حضور خیل مردم، قهرمانان و مسئولان ورزش کشور، تشییع و خاکسپاری شد. آیین با شکوه تشییع پیکر علیرضا سلیمانی، قهرمان سابق تیم سنگین وزن کشتی جهان و پهلوان شش دوره کشور، ساعت ۹:۳۰ صبح دیروز با حضور دهها هزار نفر از مردم، قهرمانان و مسئولان ورزش کشور در شهرستان کرج، برگزار شد.

اکبر ترکان – مشاور رییس جمهوری، کیومرث هاشمی – رییس کمیته ملی المپیک، رسول خادم – رییس فدراسیون کشتی، امیررضا خادم – معاون حقوقی و پارلمانی وزیر ورزش و جوانان و جمع زیادی از قهرمانان و پیشکسوتان رشته‌های مختلف ورزشی از جمله محمد خادم، منصور بزرگ، رضا سوخته‌سرابی، ابراهیم جوادی، محمدرضا طالقانی، حسن بابک، مجید ترکان، امیر بیات، پرهیز باری، محمود معزی‌پور، محمد

توزیع ۱۲۰ هزار بسته بهداشتی در بیمارستان ها و ز اشگاه ها

مدیر یک شرکت ، از اجرای طرح توزیع ۱۲۰ هزار بسته بهداشتی در بیمارستان ها و زایشگاه های تهران از سوم خرداد ماه خبر داد.

افزود: این طرح در راستای ترویج

آگهی مناقصه عمومی شرکت تولیدی سیمان فیروزکوه در نظر دارد خدمات مربوط به طب و توزیع غای مورد نیاز کارخانه را به مدت ۱۵ سال طبق برگزاری مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. تاریخ دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ ۹۳/۳/۱۳ لغایت ۹۳/۳/۱۳ مهلت تحویل اسناد تا روز دوشنبه مورخ ۹۳/۳/۱۹ جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مناقصه با شماره تلفن (داخلی ۱۱۵) ۸۸۶۴۲۳۰۰۸ تماس حاصل نمایید.

شرکت تولیدی سیمان فیروزکوه (سهامی خاص)

ورزشی

آغاز بیست و پنجمین دوره لیگ جهانی والیبال



خواهد شد.

این رقابت‌ها با دیدار برزیل و ایتالیا، آغاز و با بازی صربستان و آمریکا، پایان می‌یابد: در دور بین قاره‌ای، مجموعاً ۴۸ بازی انجام

نخستین بازی تیم ملی والیبال ایران، نهم خرداد با تیم ملی والیبال ایتالیا در شهر «تریستا» این کشور است و آخرین بازی ملی پوشان ایران در دور مقدماتی، ۱۴ تیر مقابل ملی پوشان لهستان خواهد بود. مرحله نهایی لیگ جهانی والیبال، از ۲۵ تیر با حضور شش تیم

وداع باشکوه مردم با «پهلوان باشی» کشور؛ مر حوم علیرضا سلیمانی



تصیری، حجت الله خطیب، محمدرضا توچی، حسن حمیدی، احمدرضا عابدزاده، علی کریمی، رضا لایق، مهدی محبی، علیرضا رضایی، رضا یزدانی، احسان لشکری، مهدی تقوی،

مسعود اسماعیل‌پور، کمیل قاسمی، عبدالله چمن‌کلی، امیر عفرائی، فردین معصومی، آرش میراسماعیلی، حمیداستیلی، علی اصغر مدیر روستا، پایان رفت، محمود میران، امیر حسین

شرکت تولیدی سیمان فیروزکوه در نظر دارد خدمات مربوط به طب و توزیع غای مورد نیاز کارخانه را به مدت ۱۵ سال طبق برگزاری مناقصه عمومی به پیمانکار واجد شرایط واگذار نماید. تاریخ دریافت اسناد مناقصه: از تاریخ ۹۳/۳/۱۳ لغایت ۹۳/۳/۱۳ مهلت تحویل اسناد تا روز دوشنبه مورخ ۹۳/۳/۱۹ جهت کسب اطلاعات بیشتر و دریافت اسناد مناقصه با شماره تلفن (داخلی ۱۱۵) ۸۸۶۴۲۳۰۰۸ تماس حاصل نمایید.

فاز اول مجتمع آب شیرین کن بندر عباس آگهی فراخوان عمومی شناسایی و پیش ارزیابی

شرکت مهندسی توسعه آب آسیا در نظر دارد نسبت به شناسایی و پیش ارزیابی مجموعه‌های واجد صلاحیت ، جهت دعوت به مناقصه فاز اول مجتمع آب شیرین کن بندر عباس بصورت BOO و به روش اسمز معکوس (Reverse Osmosis) اقدام نماید.

الف – هدف :

ایجاد چهار واحد نمک زدایی آب خلیج فارس به ظرفیت هر واحد صد هزار مترمکعب در روز با تکنولوژی اسمز معکوس بر اساس شرایط و استانداردهایی که در اسناد مناقصه تعیین خواهد شد.

با انتشار این فراخوان عمومی از متقاضیان (مشارکت ها و کنسرسیوم های داخلی و خارجی)که دارای امکانات و توانمندی های مالی و فنی لازم و تجربیات مفید در زمینه پروژه های فوق می باشند ، دعوت می شود تا تاریخ ۱۳۹۳/۳/۳۱ تمایل خود را بصورت مکتوب به همراه اسناد و مدارک ذیل (دو نسخه) ، به روش BOO به آدرس: **تهران ، ولنجک ، بلوار دانشجو میدان یاسمن ، نبش خیابان عدالت ، پلاک ۱۴ ، طبقه هفتم** تحویل و رسید دریافت نمایند.

۱- نامه اعلام آمادگی شرکت های تشکیل دهنده مشارکت
۲- اراده اساسنامه و آخرین تغییرات هر یک از شرکت های عضو مشارکت
۳- اراده تفاهم نامه اولیه همکاری اعضا، مشارکت
۴- سوابق کاری شرکت های عضو مشارکت و کارهای در دست اجرا با آخرین گزارش پیشرفت مالی و اجرایی آنها
۵- گزارش از روش و نحوه سرمایه گذاری و مشخص سرمایه گذار به همراه مستندات مربوطه

ب- تعهدات کارفرما :

کارفرما در راستای تسهیل احداث و بهره‌برداری تاسیسات و تجهیزات آب شیرین کن ، موارد ذیل را تامین و به مشارکت تحویل خواهد نمود:

۱- آگیری از دریا و تحویل آب خام مورد نیاز پروژه متناسب با ظرفیت تاسیسات آب شیرین کن
۲- تاسیسات مربوط به دفع پساب به دریا متناسب با ظرفیت تاسیسات آب شیرین کن
۳- تحویل زمین مورد نیاز دوره احداث و بهره‌برداری
۴- تحویل برق مورد نیاز دوره احداث و دوره بهره برداری براساس تعرفه روز وزارت نیرو (ایران – استان هرمزگان)
ج – توضیحات :
۱- با توجه به ابعاد فنی و اقتصادی طرح مذکور ، ضروری است اعضا، مشارکت حداقل متشکل از یک شرکت سرمایه گذار و یک شرکت بین المللی صاحب تکنولوژی اسمز معکوس باشند.
۲- ار انه مدارک و مستندات مذکور هیچ گونه حقی برای متقاضیان ایجاد نمی‌نماید .
۳- این آگهی و یا مطالب مندرج در آن هیچگونه تکلیفی برای شرکت مهندسی توسعه آب آسیا جهت دعوت از مشارکت ها و برگزاری مناقصه ایجاد نخواهد نمود و تصمیم نهایی در این خصوص متحصرا از سوی شرکت مهندسی توسعه آب آسیا اتخاذ می گردد.
۴- کلیه هزینه های مربوط به ارانه اسناد و مدارک ، برعهده متقاضیان خواهد بود.
۵- کلیه هزینه‌های چاپ آگهی فراخوان ، برابر فاکتورهای روزنامه‌ها برعهده برنده مناقصه می باشد.

لطفا در صورت نیاز به کسب اطلاعات بیشتر ، با شماره تلفن های ۲۳۴۴۱۳۲۹ – ۰۲۱)۲۳۴۳۰۰۴۷(تماس حاصل فرمایید.

ورزشی

از جاری شدن سیل در این کشور، لغو مسابقه تدارکاتی تیم ملی را پذیرفتیم.

امیر خوش‌خبر با بیان این مطلب، یک ساعت پیش از برگزاری نخستین مسابقه تدارکاتی ایران و صربستان، مسئولان فدراسیون والیبال صربستان از ما خواستند که به دلیل شرایط ویژه کشورشان و اینکه همه فعالیت‌های ورزشی تعطیل شده است، این مسابقه لغو شود و به جای آن، یک تمرین مشترک برگزار کنیم.

وی افزود: به این ترتیب، از دیروز دیدارهای تدارکاتی دو تیم آغاز شد و ایران و صربستان به جای سه مسابقه، دو بار با هم روبرو می‌شوند. مسئولان فدراسیون والیبال صربستان، تلاش زیادی کردند تا اجازه برگزاری این مسابقه را کسب کنند، ولی این امر محقق نشد و ما هم شرایط ویژه این کشور را درک کردیم و به آنان احترام گذاشتیم تا این مسابقه برگزار نشود.

سرپرست تیم ملی والیبال ایران، تصریح کرد: به دلیل شرایط ویژه صربستان، همه تیم‌های ورزشی، اردوهای تدارکاتی خود را تعطیل کرده‌اند. اما به دلیل نزدیکی لیگ جهانی، فقط اردوی تیم ملی والیبال این کشور برگزار می‌شود.

وی افزود: سالن‌های ورزشی بلگراد، مردم سیل‌زده را در خود جای داده‌اند و برگزاری اردوی تیم ملی والیبال ایران در این کشور به سختی عملی شد.

تشییع پیکر پهلوان باشی کشور

پیکر علیرضا سلیمانی، پهلوان و قهرمان فوق‌سنگین وزن کشتی آزاد ایران و جهان در بین غم و اندوه فراوان مردم و جامعه ورزش به سوی خانه ابدیش، امروزه محمد در کرج، تشییع شد. صبح دیروز، جمعیت زیادی در مقابل تالار شهیدان آزادفلاح جمع شده بودند، تا قهرمان اسبق کشتی آزاد جهان راه سوی خانه ابدیش بدرقه کنند. گورد زورخانه عیاران کرج، خاطرات خوبی از علیرضا سلیمانی در روز نهمته دارد. روزهای که این پهلوان به دعا خواندن، ورزشی چرخ زدن می‌انداختی در گورد زورخانه گذرانید، از خاطر هیچ روزشکار و دوستدار ورزش کشتی والروانی نخواهد رفت؛ صدای پهلوان باشی، وقتی این جمله را در گورد می‌خواند «خدایا من را به حق علی درشتکار، بابک اسدی، داود رخش و اولاد علی در گورد زورخانه بمیران» هنوز در فضای زورخانه عیاران کرج، طنین انداز است.

این تشییع پهلوان باشی کشور، منظمی، جواد نورمحمدی، پژمان درشتکار، بابک اسدی، داود رخش و اولاد علی در گورد زورخانه بمیران» هنوز در فضای زورخانه عیاران کرج، طنین انداز است.

این تشییع پهلوان باشی کشور،

شنبه ۳ خرداد ۱۳۹۳- ۲۴ رجب ۱۴۳۵- ۲۴ مه ۱۴۰۱- شماره ۲۵۸۸۰

آغاز فصل چهاردهم

لیگ برتر فوتبال؛ ۹ یا ۱۰ مرداد

فصل چهاردهم لیگ برتر فوتبال باشگاه‌های کشور، از ۹ یا ۱۰ مرداد با ۱۶ تیم آغاز می‌شود و جام حذفی فوتبال به صورت رفت و برگشت برگزار خواهد شد.

غلامرضا بهروان، رئیس کمیته مسابقات سازمان لیگ با اعلام مطلب بالا در باره سقف قراردادها، گفت: سازمان لیگ تمایلی به سقف ندارد، ولی این موضوع الزام AFCاست که تأثیر زیادی در نمره ایران، برای کسب سهمیه میزبانی دارد.

وی با بیان اینکه رقم قراردادهای ۱۳ باشگاه فوتبال در لیگ برتر، کمتر از سقف است، گفت: مدام در حال مقایسه باشگاه‌های خود با خارج از کشور هستیم. این در حالی است که هیچ کجا مانند ایران، این تعداد باشگاه دولتی در مسابقات حضور ندارد و خصوصی بودن باشگاه‌ها، مشکلاتی را ایجاد می‌کند. او با بیان اینکه امسال طرح جدیدی برای جام حذفی داریم، گفت: فصل گذشته را بررسی کردیم و با توجه به اشکالات موجود، تصمیم گرفتیم به جای اینکه قهرمان جام حذفی با سه بازی قهرمان شود، پس از هفت بازی به مقام قهرمانی برسد.

وی افزود: دیدارهای جام حذفی به صورت رفت و برگشت برگزار خواهد شد؛ با این تیم‌ها دهم مرداد، لیگ برتر فوتبال با ۱۶ تیم آغاز می‌شود؛ ریز در جام حذفی، ارزشمندتر خواهد شد و جمعیت بیشتری به ورزشگاه خواهند آمد. فینال جام حذفی نیز در ورزشگاهی مشخص برگزار می‌شود.

عضو هیات رئیسه فدراسیون فوتبال درباره آغاز لیگ چهاردهم، گفت: از نیم با دهم مرداد، لیگ برتر فوتبال با ۱۶ تیم آغاز می‌شود؛ ریز برنامه‌ها را اوایل بهمن به فیفا اعلام کردیم تا در برگزاری لیگ به مشکل برنخوریم.

وی با اشاره به اختصاص ۳ درصد از قرارداد بازیکنان لیگ دسته یک به هیات فوتبال استان‌ها، تصریح کرد: چنین قانونی در لیگ برتر وجود ندارد، ولی تیم‌ها در لیگ دسته یک، ملزم به پرداخت این مبلغ هستند. البته هیچ‌کدام از سه نماینده خراسان رضوی در لیگ یک، ۳ درصد حق و حقوق هیات فوتبال استان خود را پرداخت نکرده‌اند. این در حالی است که این مبلغ حق قانونی هیات فوتبال است و در بیشتر مواقع، هیات با تیم‌ها همکاری می‌کند.

وی با اشاره به الزام پرداخت مالیات قرارداد از سوی بازیکنان، گفت: هر بازیکن موظف است، مالیات خود را پرداخت کند و اگر بازیکنی، مالیات قرارداد خود را نپردازد، قرارداد وی در هیات فوتبال ثبت نخواهد شد.

مسئول کمیته مسابقات سازمان لیگ فوتبال، تأکید کرد: همه بازی‌های فصل جدید، جنبشیه و جمعه برگزار خواهد شد.

کسب نخستین مدال آسیایی تاریخ دوچرخه سواری بانوان ایران

پرستو باسطی، برای نخستین بار در تاریخ دوچرخه سواری ایران، موفق به کسب مدال برنز آسیا در ماده تعقیبی انفرادی رده دختران جوان شد.

پرستو باسطی، دیروز در رقابتی نزدیک با دیگر رکابزنان حاضر در مسابقه فینال ماده تعقیبی انفرادی ۲ کیلومتر دختران آسیا به مقام سوم رسید و مدال برنز را بر گردن آویخت. این نخستین مدال طلای دوچرخه سواری زنان ایران در آسیا بود.

مدال برنز خسروشاهی با رکورد شگنی

بهنام خلیلی خسروشاهی در ماده ۴ کیلومتر تعقیبی انفرادی مسابقات دوچرخه‌سواری قهرمانی آسیا، علاوه بر کسب مدال برنز، رکورد کشور را ارتقا داد.

دیروز در ادامه رقابت های دوچرخه‌سواری قهرمانی آسیا، بهنام خلیلی خسروشاهی که به جمع چهار فینالیست راه یافته بود، مقام سوم ماده ۴ کیلومتر تعقیبی انفرادی را از آن خود کرد و مدال برنز این رشته را بر گردن آویخت. او، یک ثانیه رکورد کشور را ارتقا بخشید.

به این ترتیب، جمع مدال‌های کاروان دوچرخه‌سواری ایران، اعزامی به رقابت های قهرمانی آسیا به چهار مدال رسید(۳ مدال برنز و یک مدال نقره).

میانبری برای پس انداز انرژی



اُدجنرال



خدمات مشتریان : 021-23 22

شهادت ۳۶ زائر حرم امام کاظم (ع)

در حملات تروریستی بغداد

سرویس خارجی: منابع عراقی از شهادت ۳۶ تن در سلسله حملاتی که علیه زائران شیعه در بغداد صورت گرفت، خبر دادند.حملات تروریستی در نزدیکی میدان «الطبران» واقع در شش‌ر بغداد رخ داد که به شهادت ۱۴ تن از زائران شیعه انجامید که قصد زيارت مرقاد امام کاظم(ع) را داشتند.همچنین در منطقه «المصور» به اثر انفجار یک خودروی بمب‌گذاری شده شش تن دیگر شهید شدند.وقوع انفجار در منطقه «الشعبه» نیز به شهادت ۱۲ تن از زائران شیعه انجامید. همچنین بر اثر انفجار دوییم دست سازه دیگر در مسیر زائران حضرت امام موسی کاظم(ع) در خیابان النواب واقع در منطقه کاظمین بغداد دست کم چهار تن شهید و ۱۰ نفر دیگر مجروح شدند.

خبر دیگر اینکه، ائتلاف دولت قانون از تصمیم خود برای معرفی مجدد نوری مالکی به عنوان نامزد پست نخست‌وزیری عراق خبر داد. این تصمیم در نشست روز پنجشنبه بهائالائ دولت قانون اتخاذ شده است. این در حالی است که، کمیساریای عالی و مستقل انتخابات عراق نتایج انتخابات شورای‌های استانی منطقه کردستان را اعلام کرد.بر این اساس حزب بارزانی در صدر این رقابت‌ها قرار گرفت.از سوی، رئیس منطقه کردستان، «ابیل» را به مقصد کشور‌های اروپایی فرانسه و ایتالیا ترک کرد. از طرفی، وزیر خارجه عراق با اعلام حمایت کشورش از مذاکرات هسته‌ای بین ایران و ۵+۱ گفت که منافع واقعی بغداد در حل و فصل پرونده هسته‌ای تهران است.

روسیه و چین قطننامه از جاع پرونده سوریه

به لاهه را وتو کردند

سرویس خارجی:پکن و مسکو در جلسه شورای امنیت قطعنامه پیشنهادی عراق را به دلسوریه به دادگاه بین المللی کیفری در لاهه را وتو کردند. طرح پیشنهادی پاریس مبنی بر اراج پرونده سوریه به دادگاه بین المللی کیفری در شورای امنیت به رای گذاشته شد. ۱۳ عضو شورای امنیت در نشست مذکوره قطعنامه‌ای امنیت علیه ایران تهیه کردند و تو استفاده می کنند. نماینده دائم روسیه در سازمان ملل گفت: تلاش برای اراج پرونده سوریه به دادگاه بین المللی لاهه، به وحدت اعضای شورای امنیت و تلاش‌های برای انجام مذاکرات بین سوری‌هاطمه می زند و با هدف گزینشه نظامی صورت گرفت. ویتالی چورون گفت: اراج پرونده سوریه به دادگاه لاهه راه را برای مداخله نظامی در سوریه باز می کند. وزارت خارجه چین نیز درباره اراج پرونده سوریه به دادگاه لاهه تاکید کرد. چین اقدامی شرایط بحران سوریه را پیچیده تر می داند. بنابر جعفری نماینده دائم سوریه در سازمان ملل نیز اعلام کرد: قطعنامه پیشنهادی فرانسه مبنی بر اراج پرونده سوریه به دادگاه بین الملل کیفری تلاش برخی افراد برای تحمیل اراده و تصمیم خود بر ملت سوریه است. این در حالی است که آمریکا و انگلیس اقدام دروغی را علیه چین مبنی بر جلوگیری از اراج پرونده سوریه به دادگاه جنایی لاهه را محکوم کردند. سامانتا پاور، نماینده آمریکا در سازمان ملل با بیان اینکه روسیه و چین از حق حاکمیت دولت سوریه در سوریه جلوگیری کردند خواستار واکنش سریع شورای امنیت برای مقابله با آنچه به

انفجار تروریستی چین ۳۱ کشته برجا گذاشت

سرویس خارجی: بمواد منفجره‌ای که در داخل دو خودرو به سمت مردم در بازار شهر «ارومچی» به مرکز استان «سین کیانگ» چین پرتاب شد، ۳۱ نفر کشته و بیش از ۹۰ نفر زخمی داشت. منابع رسمی چین اشاره ای به جزئیات بیشتر این حادثه نکردند.

پلیس چین این حمله را یک حادثه تروریستی خشونت‌بار توصیف کرد و گفت که قطعاً با عوامل آن برخورد خواهد شد. این دومین حمله‌ای است که طی یک ماه، این شهر را هدف گرفت. حمله قبلی به ایستگاه راه‌آهن «ارومچی» ۳۰ نفر کشته و ۱۹ نفر دیگر زخمی شدند. به دنبال انفجارهای تروریستی دیروز، رئیس‌جمهور چین خواستار مجازات شدید عادلان حمله شد. سخنگوی وزارت امورخارجه جمهوری اسلامی ایران نیز اقدام تروریستی «سین کیانگ» را به شدت محکوم کرد. مر ضییه‌افقه، با مردود دانستن هر گونه اقدام خشونت گرانه و افراطی که مردم بی‌گناه را در هر نقطه از جهان هدف قرار می دهد، اینگونه اقدامات را فاقد هر نوع ارتباط با مبانی دین اسلام دانست. وی مراتب محمدری ملت و دولت جمهوری اسلامی ایران را با ملت و دولت چین، خصوصاً خانواده قربانیان این حادثه تروریستی، اعلام کرد.

حمله کنسولگری در هرات

سرویس خارجی: افراد مسلح به ساختمان کنسولگری هند در ولایت هرات حمله کردند و با مأموران امنیتی درگیر شدند. این درگیری ناظره دیروز ادامه داشت. سه مرد مسلح به یکی از ساختمان‌های مسکونی در پشت کنسولگری هند وارد شدند و از آنجا به روی کنسولگری آتش گشودند. مقامات پلیس گفته‌اند نتوانستند تمام ساختمان‌ایسن خانه را بدون آسیب به «شرف‌الحق احمدزی» دو نامزد پیشنهادی انتخابات دور اول ریاست جمهوری افغانستان برای رسیدن به کاخ ریاست افغانستان در مدت ۲۱ روز براهم‌های مسلح ساختمان مورد استفاده آنان در کنترل نیروهای امنیتی افغانستان قرار

صاحب انجمن: شرکت ابرانچاپ پروژه اطلاعات

مدیر مسئول: سیدمحمدوداعلی

مسیر دبیر: علیرضاخانلی

نشانی: تهران - یلوار میرداماد - خیابان فغنچتونی- ساختمان اطلاعات - کد پستی ۱۵۳۹۵۳۱۱ (تهران)

پست تصویری تحریریه ۲۲۲۵۸۰۲۲

تلفن: ۲۹۹۹۹۰

نمابر آگهی ها ۲۲۲۵۸۰۱۹ و ۲۱

تلفن پذیرش آگهی ها ۱۸-۲۲۲۵۸۰۱۴

نشانی اینترنت: http://www.etteleaat.com

پست الکترونیکی: etteleaat@etteleaat.com

خبر دیگر اینکه، ائتلاف دولت قانون از تصمیم خود برای معرفی مجدد نوری مالکی به عنوان نامزد پست نخست‌وزیری عراق خبر داد. این تصمیم در نشست روز پنجشنبه بهائالائ دولت قانون اتخاذ شده است. این در حالی است که، کمیساریای عالی و مستقل انتخابات عراق نتایج انتخابات شورای‌های استانی منطقه کردستان را اعلام کرد.بر این اساس حزب بارزانی در صدر این رقابت‌ها قرار گرفت.از سوی، رئیس منطقه کردستان، «ابیل» را به مقصد کشور‌های اروپایی فرانسه و ایتالیا ترک کرد. از طرفی، وزیر خارجه عراق با اعلام حمایت کشورش از مذاکرات هسته‌ای بین ایران و ۵+۱ گفت که منافع واقعی بغداد در حل و فصل پرونده هسته‌ای تهران است.

سرویس خارجی: فرمانده ارتش تایلند، رهبران کودتاچیان پس از یک گفت و شنود با رئیس‌وزیر نظامی این کشور، خود را نخست‌وزیر موقت اعلام کرد.ژنرال « پرایوت جان اوچابا» حضور در تلویزیون دولتی اعلام کرد که این رسماً یک کودتا است و ارتش پس از چند ماه شورش سیاسی خشونت‌بار در کشور، در سوا قدرت را در دست گرفت.

فرمانده ارتش تایلند اعلام کرد: به خاطر بازگشت کشور به شرایط عادی، هیگ، وزیر خارجه انگلیس نیز گفت از اقام روسیه و چین مضطرب شده است. در چنین شرایطی احمد الجریا سوریه به دادگاه بین‌المللی کیفری در شورای امنیت به رای گذاشته شد. ۱۳ عضو شورای امنیت در نشست مذکوره قطعنامه‌ای امنیت علیه ایران تهیه کردند و تو استفاده می کنند. نماینده دائم روسیه در سازمان ملل و اتحادیه عرب در امور عرب در سوریه اندکی قبل از استعفا در پاریس بسیاری از زوایای بحران سوریه را روشن ساخت و صراحتاً اذعان کرد که بنابر اسناد رئیس جمهوری سوریه به پروژوی علیه سوریه به تروریست‌ها نزدیک است. گویی عان نماینده پیشین سازمان ملل و اتحادیه عرب در امور سوریه نیز گفت: خون سوری‌ها در جنگ‌های بی‌پایان قدرت‌های منطقه است.

باز پس گیری زندان حلب
مخالفان دولت سوریه اعلام کردند نیروهای ارتش محاصره همدین مانند زندان مرکزی شهر حلب را شکست داده و به داخل آن نفوذ کردند. شبکه خبری المیادین نیز از ورود ارتش سوریه به زندان مرکزی حلب با حمایت بحران‌های ارتش خبر داد. ارتش سوریه موفق شد حلقه محاصره نیروهای جبهه النصره را که در اطراف این زندان مستقر بودند بشکند و آنها را تارومار سازد. اهمیت این زندان برای گروه‌های مخالف تروریستی به این دلیل است که آنها خواهان آزاد شدن زندانیان تکفیری و ایستنه به القاعده هستند. دولت لیبی در این زندان مرگ‌زایی حلب بازداشت کرده است. در تحوولی دیگر بر اثر حمله خمپاره‌ای تروریست‌ها به تیمکتر ارتش سوریه در شهر درعا ۲۵ نفر کشته و ۵۰ تن دیگر زخمی شدند.

سرویس خارجی: ارتش اوکراین ۳۰ تن از سربازان این ارتش را که خود را تسلیم به نظامیان حامی روسیه در منطقه لوهانسک کردند، تیرباران کرد. گفته می شود هوایی که یک ستون زرهی اوکراینی نزدیک منطقه لیسچانسک در لوهانسک شد. شبه نظامیان تلاش کردند با آنها وارد مذاکره شوند اما آنها آتش گشودند. به گفته شبه نظامیان پس از آن ارتش اوکراین عقب نشینی کرد اما ۳۰ نفر از سربازان آن تصمیم گرفتند همانجا بمانند و خود را تسلیم کنند که همه آنها از سوی همقطارانشان در ارتش هدف قرار گرفتند. در تحوولی دیگر حمله

سرویس خارجی: افراد مسلح به ساختمان کنسولگری هند در ولایت هرات حمله کردند و با مأموران امنیتی درگیر شدند. این درگیری ناظره دیروز ادامه داشت. سه مرد مسلح به یکی از ساختمان‌های مسکونی در پشت کنسولگری هند وارد شدند و از آنجا به روی کنسولگری آتش گشودند. مقامات پلیس گفته‌اند نتوانستند تمام ساختمان‌ایسن خانه را بدون آسیب به «شرف‌الحق احمدزی» دو نامزد پیشنهادی انتخابات دور اول ریاست جمهوری افغانستان برای رسیدن به کاخ ریاست افغانستان در مدت ۲۱ روز براهم‌های مسلح ساختمان مورد استفاده آنان در کنترل نیروهای امنیتی افغانستان قرار

اصلاحیه آگهی‌های مورخ ۱۳۹۳/۲/۶ و ۱۳۹۳/۲/۱

شرکت بورس کالای ایران (سهامی عام)

پیرو آگهی به شماره‌های ۲۵۸۵۳ و ۲۵۸۵۷ به ترتیب

بسه تاریخ های ۱۳۹۳/۲/۱ و ۱۳۹۳/۲/۶ مندرج در

روزنامه اطلاعات موضوع تشکیل مجامع عمومی عادی

و فوق‌العاده صاحبان سهام شرکت بورس کالای ایران،

به اطلاع کلیه سهامداران محترم می‌رساند که شماره

ثبت شرکت بورس کالای ایران ۳۰۱۹۸۴ می‌باشد.

هیات مدیره شرکت

آگهی مناقصه

شماره (۸۴۴۲۲۲)

۱- مناقصه گزار: شرکت گاز استان خراسان رضوی واقع در مشهد - بلوار خیام، تقاطع ارشاد

۲- موضوع مناقصه: اصلاح شبکه و انشعابات گاز، ابزار دقیق و حفاظت از زنگ و نصب تجهیزات و

انشعابات ناحیه گاز سانی تایباد

۳- مدت اعتبار پیشنهادها: از تاریخی که برای تسلیم آن در فراخوان ذکر شده تا مدت ۳ ماه می‌بایست معتبر باشد.

۴- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه - / ۱۲۶۸۴۰٫۰۰۰ ریال می‌باشد که باید به‌صورت ضمانتنامه بانکی ضمانت‌نامه‌های صادر شده از سوی مؤسسات اعتباری غیر بانکی که دارای مجوز لازم

از طرف بانک مرکزی جمهوری اسلامی ایران هستند، تهیه گردد.

۵- متقاضیان می‌توانند از تاریخ ۱۳۹۳/۰۳/۰۳ تا ۹۳/۰۳/۰۷ ضمن واریز مبلغ -/ ۲۳۰٫۰۰۰ ریال به

حساب شماره ۶۰۰۶۲۱ - بانک کشاورزی جهت خرید و دریافت اسناد مناقصه به نشانی: مشهد - بلوار

خیام - نبش تقاطع ارشاد شرکت گاز استان خراسان رضوی - طبقه ۵ه - اتاق ۲۰۹ مراجعه و اسناد

مناقصه را دریافت نمایند.

۶- آخرین مهلت بازگرداندن اسناد مناقصه: ساعت ۹ صبح مورخ ۹۳/۰۳/۱۸

۷- پیمانکاران دارای رتبه تاسیسات و تجهیزات دوتع به‌عمل می‌آید، به‌منظور اعلام آمادگی کتبی و

در جلسه افتتاح پاکت‌ها آزاد است.

۸- پیشنهادهای واصله در ساعت ۱۰/ مورخ ۹۳/۰۳/۱۸ کمیسیون مربوطه باز و خوانده می‌شود و

حضور پیشنهاددهندگان و یا یک نفر نماینده مجاز آنها با همراه داشتن معرفی‌نامه ممهور به مهر شرکت

در جلسه افتتاح پاکت‌ها آزاد است.

مناقصه گران می‌توانند جهت کسب اطلاعات بیشتر به پایگاه اطلاع‌رسانی الکترونیکی(

www.nigc-khrz.ir)

مراجعه نمایند.

رابط عمومی شرکت گاز استان خراسان رضوی

۱/۸۵۶/م

اطلاعات

◄ سال هشتاد و هشتم ►

قبضه قدرت توسط کودتاجیان نظامی تایلند



رهبران کودتا اعضای دولت عزل شده را برای ارائه گزارش به ارتش، فراخواندند. ارتش تایلند از پیاده‌نظام ۲۲ تن صبح، قانون منع آمد و شدد در این کشور وضع کرد و از طرفداران و مخالفان دولت خواست به تجمعات و راهپیمایی‌های

شده.مجموع وزارت کشور تونس اعلام کرد هشت ترویسیتی را که از لیبی به داخل تونس نفوذ کرده و قصد حملات تروریستی علیه دستگاه‌های امنیتی و دولتی را داشتند دستگیر کرد. شرکت خطوط هوایی عربی گفت که شش قبیله تحت سیطره کامل مافرادارد و ما همه شبه نظامیان را که از ترکیه و شمال مالی به لیبی آمده اند سرکوب خواهیم کرد.الجزیره به یکی از کانال‌های تلویزیونی رای گفت: دشمنان لیبی در سه منطقه از جمله سرت مرکز هستند.

فرمانده نیروی هوایی لیبی هم‌اکنون افزود:ما ترویسیتی با پاکستان، عرب یا خارجی را دستگیر کرده‌ایم که به زودی اعتراف‌های آنها در تلویزیون لیبی پخش می شود. از طرفی، دولت لیبی در پی بازگشت خشونت‌ها به طرف‌الس پایتخت این کشور، از گروه‌های مسلح خواست این شهر را ترک کنند. این درخواست دولت لیبی در پی تصمیم گروهی ایوسهمن رئیس کنگره ملی لیبی در استقرار واحدی از انقلابیون سابق مصرانه در پایتخت برای حفظ امنیت این شهر مطرح

شده.مجموع وزارت کشور تونس اعلام کرد هشت ترویسیتی را که از لیبی به داخل تونس نفوذ کرده و قصد حملات تروریستی علیه دستگاه‌های امنیتی و دولتی را داشتند دستگیر کرد. شرکت خطوط هوایی عربی گفت که شش قبیله تحت سیطره کامل مافرادارد و ما همه شبه نظامیان را که از ترکیه و شمال مالی به لیبی آمده اند سرکوب خواهیم کرد.الجزیره به یکی از کانال‌های تلویزیونی رای گفت: دشمنان لیبی در سه منطقه از جمله سرت مرکز هستند.

فرمانده نیروی هوایی لیبی هم‌اکنون افزود:ما ترویسیتی با پاکستان، عرب یا خارجی را دستگیر کرده‌ایم که به زودی اعتراف‌های آنها در تلویزیون لیبی پخش می شود. از طرفی، دولت لیبی در پی بازگشت خشونت‌ها به طرف‌الس پایتخت این کشور، از گروه‌های مسلح خواست این شهر را ترک کنند. این درخواست دولت لیبی در پی تصمیم گروهی ایوسهمن رئیس کنگره ملی لیبی در استقرار واحدی از انقلابیون سابق مصرانه در پایتخت برای حفظ امنیت این شهر مطرح

۳۰ سرباز اوکراینی به اتهام طرفداری از روسیه تیرباران شدند

اوکراینی در حومه شهر ولنوواخ انجام شد. در چنین شرایطی وزارت دفاع روسیه اعلام کرد که تیرباران نیروهای امنیتی اوکراین شد. جایی‌الطیان حامی روسیه همچنین گفته‌اند غافلگیرانه‌ای علیه کاروانی از نیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر اثر آن ۲۰ کشته و ۴۰ نفر دیگر مجروح شدند. این کاروانی از تیروهای جنگی دفاع شخصی اوکراین در نزدیکی دونتسک انجام دادند که طی آن پنج سرباز کشته شدند. در این حال یک مقام جمهوری خودخوانده دونتسک از حملات هوایی و زمینی ارتش اوکراین به شهر ولنوواخ خبر داد و گفت بر

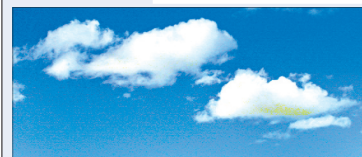


بعد از ازدواج و به دنیا آمدن بچه روابط شما با دوستان بسیار تغییر می کند. این تغییرات طبیعی است و نباید شما را شوکه کند. از دست رفتن بسیاری از وقت های آزاد و تغییر اولویت ها باعث می شود روابط شما با دیگران تغییر کند. معمولاً ایجاد تعادل میان روابط اجتماعی و روابط زناشویی برای زن و شوهرها با تنش و اختلاف نظر همراه است.

اگر یکی از شما دونفر، خواهان معاشرت و روابط اجتماعی گسترده باشد و دیگری گریزان از فعالیت های اجتماعی و تنهایی را ترجیح بدهد، اختلاف و درگیری بیشتر می شود.

در صفحه ۶ بخوانید

... یک نگاه آسمانی



خدایا، تو مرا راه نمودی و من بیهودگی را پیشه ساختم؛ پندم دادی و من سنگدلی ورزیدم؛ عطایای نیک دادی و من نافرمانی کردم. آن گاه چون آنچه مرا از آن باز داشته بودی، به من شناساندی و من بدان آگاه شدم، آمرزش طلبیدم و تو مرا بخشودی. سپس دوباره خود را به گناه آلودم تو پرده پوشی کردی. پس حمد و ستایش تو را سزای معبود من.

خود را به دره های نیستی درافکندم، و به کوره راه های نابودی درآمدم، و در آن میان، خود را با تندبادهای خشم تو روبرو کردم، و با شعله های عذاب مواجه گردیدم.

با این همه، تنها دستاویز من برای رسیدن به تو، یگانه دانستن توست، و تنها وسیله من این است که هرگز چیزی را در خدایی با تو شریک ندانسته ام، و با وجود تو، معبود دیگری نگرفته ام، و اینک خود به سویت آمده ام، که تو گریزگاه بدکارانی، و پناهگاه آن کس که بهره خود را تباه کرده و به تو پناه آورده است.

دعای چهل و نهم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده

ایمل ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh @ ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۴۵۸۱

... کتابخانه

خانواده

۱۲۷

ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

شنبه ۳ خرداد ۱۳۹۳
شماره ۲۵۸۸۰

امام صادق (ع):

با پدران خوش رفتار باشید
تا فرزندان
با شما خوش رفتاری کنند

بحار الانوار



ارتباط پدر و دختری را بهتر کنید

صفحه ۷

و مزیت های خودمان را (ماشین، قدرت، موقعیت) از دست بدهیم. اگر قادر باشیم خودخواهی ها، محدودیت ها و مزیت های خود را از خود دور کرده یا ببخشیم گاهی اوقات می توانیم چیزهای بهتری بدست بیاوریم.

قدم به پیش

ابوسعید ابوالخیر در مسجدهای سخنرانی داشت. جای نشستن نبود و بعضی ها در بیرون نشسته بودند. شاگرد ابوسعید گفت: تو را به خدا از آنجا که هستی یک قدم پیش بگذارید. همه یک قدم پیش گذاشتند سپس نوبت به سخنرانی ابوسعید رسید. اما او از سخنرانی خودداری کرد. وقتی مردم شروع به اعتراض کردند، ابوسعید گفت: هر آنچه که من می خواستم بگویم شاگردم گفت. شما یک قدم به جلو حرکت کنید تا خدا ده قدم به شما نزدیک شود.

خودش را دارد. پیرزن در حال مرگ است، شما باید ابتدا او را نجات دهید. هر چند او خیلی پیر است و به هر حال خواهد مرد. شما باید پزشک را سوار کنید. زیرا قبلاً او جان شما را نجات داده و این فرصتی است که می توانید جبران کنید. اما شاید هم بتوانید بعداً جبران کنید. شما باید شخص مورد علاقه تان را سوار کنید زیرا اگر این فرصت را از دست دهید ممکن است هرگز قادر نباشید مثل او را پیدا کنید... از دویست نفری که در این آزمون شرکت کردند، تنها شخصی که استخدام شد دلیلی برای پاسخ خود نداد. او نوشته بود: سوئیچ ماشین را به پزشک می دهم تا پیرزن را به بیمارستان برساند و خودم به همراه همسر رویاهایم متحمل طوفان شده و منتظر اتوبوس می مانیم. پاسخی زیبا و سرشار از متانتی که ارائه شد گویای بهترین پاسخ است و مسلماً همه می دانند که پاسخ فوق بهترین پاسخ است، اما هیچکس در ابتدا به این پاسخ فکر نمی کند. چرا...؟ زیرا ما هرگز نمی خواهیم داشته ها

سوال استخدامی

یک شرکت بزرگ قصد استخدام تنها یک نفر را داشت. بدین منظور آزمونی برگزار کرد که تنها یک پرسش داشت. پرسش این بود: شما در یک شب طوفانی سرد در حال رانندگی از خیابانی هستید. از جلوی یک ایستگاه اتوبوس در حال عبور کردن هستید. سه نفر داخل ایستگاه منتظر اتوبوس هستند. یک پیرزن که در حال مرگ است. یک پزشک که قبلاً جان شما را نجات داده است. یک (خانم یا آقا) که در رویاهایتان خیال ازدواج با او را دارید.

شما می توانید تنها یکی از این سه نفر را برای سوار نمودن برگزینید. کدامیک را انتخاب خواهید کرد؟ دلیل خود را بطور کامل شرح دهید. پیش از اینکه ادامه حکایت را بخوانید شما نیز کمی فکر کنید...

قاعدتاً این آزمون نمی تواند نوعی تست شخصیت باشد زیرا هر پاسخی دلیل خاص



مزارع گل گاو زبان رامسر / عکس ها: مهر



آغاز بحران برق همزمان با گرم شدن هوا

باز هم لامپ اضافی خاموش!

• یگانه خدماتی

با نزدیک شدن به فصل تابستان، علاوه بر مصرف آب میزان مصرف برق هم بسیار بالا می‌رود و هشدارهایی برای صرفه‌جویی در آن به مردم داده می‌شود. هشدارهایی که به نظر می‌رسد آنچنان که باید و شاید مورد توجه قرار نمی‌گیرند و حتی جدی گرفته نمی‌شوند.

خنک کننده‌های پر مصرف

هر چه هوا گرم‌تر می‌شود، کولرها بیشتر کار می‌کنند و این یعنی مصرف برق بیشتر. به خصوص با وجود کولرهای گازی که چند سالی است استفاده از آنها بیشتر باب شده و بسیاری از واحدهای مسکونی و تجاری ترجیح می‌دهند به جای کولر آبی، از این خنک کننده‌های جدید استفاده کنند که البته بالا رفتن صعودی مصرف برق هم سوغاتی همین کولر هاست! به جز این، روشن گذاشتن مداوم چراغ‌ها و وسایل صوتی و تصویری و لوازم برقی دیگر، باعث شده است که ایران یکی از پر مصرف‌ترین کشورهای دنیا در حوزه برق باشد. طبق آمارها ایران هجدهمین کشور پر مصرف برق جهان است. یعنی ایرانی‌ها به طور متوسط ۲۰۶ میلیارد و ۸۰۰ میلیون کیلووات ساعت در سال برق مصرف می‌کنند. آماری که چند برابر کشورهای توسعه یافته‌ای چون سوئد و آلمان است. واقعیت این است که خشکسالی و کمبود آب روی دیگری هم دارد و آن کاهش میزان تولید برق در نیروگاه‌های کشور است. با کاهش شدید ذخیره آب در پشت سدهای کشور، تولید برق در نیروگاه‌های برق - آبی کشور هم کمتر می‌شود و این در مقابل بالا رفتن میزان مصرف برق در همین فصل قرار می‌گیرد و به این ترتیب کشور را با کمبود برق مواجه می‌کند. قیمت پایین برق در کشور در طول سال‌های گذشته و از ابتدا، باعث شده که بسیاری از مردم توجه چندانی به صرفه‌جویی در مصرف آن نداشته باشند اما واقعیت این است که در صورت بالا رفتن بیش از اندازه مصرف برق در کشور و به خصوص در روزهای گرم سال، خاموشی خانه‌های همه مردم را تهدید می‌کند!

صرفه‌جویی سخت نیست

درست است که مصرف برق در واحدهای تجاری و کشاورزی هم بسیار بالاست و آنها در ایجاد این بحران نقش دارند اما صرفه‌جویی در میان مشترکان خانگی برق، تاثیر زیادی در حل این بحران دارد. از طرفی

مصرف بی‌رویه و استفاده نادرست از وسایل مصرف‌کننده انرژی، سالانه ۵ میلیارد دلار هزینه در بر دارد و صرفه‌جویی این بار را از روی دوش کشور برمی‌دارد. در واقع با راه‌های بسیار ساده‌ای که بسیاری از ما از آنها آگاهی نداریم یا به آن توجه نمی‌کنیم، می‌توانیم به کاهش مصرف برق در کشور و حل این بحران کمک کنیم:

۱- دمایی که یک شخص در محیط بسته و بدون استفاده از وسایل سرمایشی در تابستان احساس راحتی کند، بین ۲۴ تا ۲۶ درجه سانتی‌گراد تعریف شده. هر وقت دمای خانه شما به این درجه رسید، وسایل خنک کننده را خاموش کنید. برای اطلاع از این دما می‌توانید یک دماسنج ساده در خانه داشته باشید.

۲- در خانه با نصب پرده‌های ضخیم‌تر سایه ایجاد کنید تا گرما کمتر وارد خانه شود. استفاده از پنکه به ویژه از نوع سقفی آن به دلیل ایجاد جریان هوا در اتاق، محیط را چهار درجه و یا بیشتر خنک می‌کند و تنها به اندازه

نوع دستگاه	مصرف انرژی (وات)	مصرف انرژی (کیلووات)
مایکروفر	۳۰۰۰	۳۰ عدد
ماشین لباسشویی	۲۵۰۰	۲۵ عدد
بخاری برقی	۲۰۰۰	۲۰ عدد
ماشین ظرفشویی	۲۰۰۰	۲۰ عدد
جارو برقی	۱۲۰۰	۱۲ عدد
سشوار	۱۰۰۰	۱۰ عدد
اتو	۱۰۰۰	۱۰ عدد
سماور برقی	۱۰۰۰	۱۰ عدد
پلوپز	۸۰۰	۸ عدد
دستگاه پخت اسنک	۷۵۰	۷/۵ عدد
کولر آبی	۶۰۰	۶ عدد
چرخ گوشت	۵۰۰	۵ عدد
آبمیوه گیری	۳۰۰	۳ عدد
رایانه	۲۵۰	۲/۵ عدد
شوفاژ (یک واحد)	۲۰۰	۲ عدد
یخچال	۱۳۰	۱/۳ عدد
تلویزیون	۱۲۰	۱/۲ عدد
چرخ خیاطی	۱۰۰	۱ عدد
پنکه	۸۰	۰/۸ عدد
مهباتی	۴۰	۰/۴ عدد
لامپ کم مصرف	۲۰	۰/۲ عدد
دستگاه صوتی	۱۰	۰/۱ عدد

یک لامپ ۱۰۰ واتی انرژی مصرف می‌کند.

۳- در ایران پیک مصرف برق در روز بین ساعت‌های ۱۱ تا ۱۵ و در شب از اذان مغرب و عشا تا ساعت ۲۳ است. سعی کنید در این ساعات از لوازم برقی پر مصرف مانند ماشین لباسشویی و ظرفشویی، اتو و جاروبرقی استفاده نکنید.

۴- فکر نکنید تلویزیون‌ها کم مصرفند. بسیاری از تلویزیون‌های جدید، شارژرها و وسایل الکترونیکی در زمانی که خاموش بوده اما به پریز برق اتصال دارند، انرژی مصرف می‌کنند. اگر زمانی که از این وسایل استفاده نمی‌کنید، آنها را از پریز برق جدا کنید، بیش از ۵۰ وات صرفه‌جویی می‌کنید. وقتی به مسافرت می‌روید یا چند روزی در خانه نیستید، همه وسایل برقی به جز یخچال و فریزر را از برق بکشید.

۵- حتی الامکان در طول روز از نور طبیعی استفاده کنید و لامپ‌ها را روشن نکنید.

۶- برای انجام کارهای ظریف (خیاطی - بافتنی - کارهای دستی) و مطالعه که به نور بیشتری احتیاج دارند، به جای افزایش میزان روشنایی سقفی، از نورهای موضعی مانند چراغ مطالعه و آباژور و... استفاده کنید.

۷- تمیز کردن مرتب لامپ‌ها و حباب‌ها باعث افزایش نوردهی آنها می‌شود، بهتر است نظافت آنها را نیز در امور منزل وارد کنید.

۸- شعار لامپ اضافی خاموش شاید تکراری به نظر برسد اما بسیاری از ما آن را رعایت نمی‌کنیم. پس وقتی از اتاقی استفاده نمی‌کنید، لامپ آن را حتما خاموش کنید.

۹- استفاده از لامپ‌های کم مصرف نقش بسیار زیادی در کاهش مصرف برق دارند و از طرفی این لامپ‌ها گرما تولید نمی‌کنند و خانه را گرم نمی‌کنند. به همین دلیل هم لازم نیست بیش از حد از کولر و وسایل خنک‌کننده استفاده کنید. به خصوص برای لوسترهای چند شاخه بهتر است از این لامپ‌ها استفاده کنید. با انواع جدید این لامپ‌ها که در بازار عرضه شده است، دیگر لازم نیست نگران نامناسب شدن ظاهر لوستر تان باشید چون کاملاً شبیه لامپ‌های عادی هستند و البته بسیار بیشتر از لامپ‌های معمولی عمر می‌کنند.

۱۰- لامپ‌های بیرونی مانند حیاط و راهرو را مداوم روشن نگذارید. از سنسورهای حرکتی و صوتی برای روشن کردن این لامپ‌ها استفاده کنید تا با حضور افراد در محیط روشن شده و سپس خاموش شوند و بی دلیل روشن نمانند.

۱۱- برای شستن لباس با ماشین لباسشویی از آب گرم استفاده کنید چون ۷۵ درصد برق مصرف شده توسط ماشین لباسشویی صرف گرم کردن آب می‌شود.

۱۲- در هنگام خرید لوازم برقی به برجسب انرژی آنها و مقدار مصرف شان توجه کنید.

۱۳- عایق کردن خانه تاثیر زیادی در مصرف بهینه انرژی و جلوگیری از هدر رفتن آن دارد. با استفاده از درزگیر برای پنجره‌ها و درها و پنجره‌های دو جداره می‌توانید هم در مصرف برق و هم گاز صرفه‌جویی کرده و زمستان و تابستان دمای متعادلی در خانه ایجاد کنید.

۱۴- اگر از آب گرم‌کن‌های دیواری یا پکیج استفاده می‌کنید، زمان حمام کردن تان را کمتر کنید تا این وسایل برای گرم کردن آب از برق کمتری استفاده کنند.

۱۵- بسیاری از وسایل برقی وقتی دچار مشکلاتی مانند اتصال می‌شوند، برق بیشتری مصرف می‌کنند. وسایل برقی را مدام بررسی کنید و اگر نیاز به تعمیر دارند، سریع‌تر آنها را تعمیر کنید. بسیاری از وسایل برقی قدیمی نسبت به مدل‌های جدید پر مصرف‌تر هستند. پس وسایل قدیمی را با جدیدترها تعویض کنید.

...تئاتر

خشکسالی و دروغ

سالن تئاتر خلیج فارس در فرهنگسرای نیاوران تا ۱۳ خردادماه میزبان نمایش خشکسالی و دروغ است که هر شب ساعت ۲۰ به روی صحنه می‌رود و ۱۰۰ دقیقه اجرا دارد. خشکسالی و دروغ کاری است به نویسندگی و کارگردانی محمد یعقوبی که

در آن احمد مهرانفر (در نقش آرش)، باران کوثری/سحر دولتشاهی (در نقش آلا)، علی سربابی (در نقش امید) و آیدا کیخایی (در نقش میترا) بازی می‌کنند. داستان این نمایش بر تاثیر دروغ در روابط بین افراد در خانواده تاکید دارد. اکثر کنش‌های داستان بین زوج شخصیت‌ها اتفاق می‌افتد: آرش و آلا، امید و میترا، امید و آرش، آرش و میترا. اما هر کدام از این کنش‌ها از رویدادهای ساده‌ای مانند خر و پف کردن، غم‌خدا درست کردن و... شروع می‌شود و به صورتی واقع‌گرایانه به بحران می‌رسد. خشکسالی و دروغ جایزه بهترین کارگردانی و بهترین نمایش را در سال‌های ۹۱ و ۸۹ از انجمن منتقدان و نویسندگان خانه تئاتر و کانون ملی منتقدان دریافت کرده است.

...سینما

اشباح

فیلم سینمایی اشباح یکی از تازه‌های اکران این روزها است که به کارگردانی و نویسندگی داریوش مهرجویی و تهیه‌کنندگی خود او به همراه جهانگیر کوثری ساخته شده است. اشباح ماجرای تیمساری به نام سلیمانی را روایت می‌کند که درگیر مسائل حاد زندگی است و با همسر خود دچار مشکلات عجیبی می‌شود. سارا در کشاکش زندگی پر تلاطم خود با تیمسار، به فکر رهایی‌اند خود از زندگی است و در تقابل عشق و عقل که در قاموس مقررات جاری او نمی‌گنجد. دایی بابا وکیل خانواده در تلاش آرام کردن اوضاع است و از سوی دیگر معمار برای اهداف خود شرایط سختی را برای ناجی خانم و دخترش بوجود آورده است. مازیار نیز پس از آمدن به ایران درام‌های تازه‌ای را رقم می‌زند و اهالی خانواده چون شبح‌های سرگردان بدنیا خلوت‌های زندگی خود می‌گردند... در این فیلم بازیگرانی مثل مهتاب کرامتی، حسن معجونی، همایون ارشادی، مهدی سلطانی، ملیکا شریفی‌نیا، هنگامه حمیدزاده و امیرعلی دانایی بازی می‌کنند.



• آرزو رستم زاد

اردیبهشت ماه هم به پایان رسید و حالا می‌توانید در آخرین ماه از بهار، یک عقب‌گرد سه ماهه داشته باشید تا ببینید پرونده اولین فصل امسال را چطور پر کرده‌اید؟ به اندازه کافی خنندیده‌اید؟ به اندازه کافی محبت کرده‌اید؟ بیشتر از سال‌های قبل مراقب خانواده‌تان بوده‌اید؟ سعی کرده‌اید بیشتر از گذشته به خودتان توجه کنید؟ جایی برای تجربه‌های جدید و پیشرفت‌های ریز و درشت برای خودتان باز کرده‌اید؟ اگر جوابتان به این سؤال‌ها منفی است، وقتش رسیده استن بالا بزنید و زندگی‌تان را از این رکود و یکنواختی در بیاورید.

پیشنهاد هفته

خودم می‌ریختم و می‌گفتم: «پس صبرت کو؟»
مردها همه شون همین طورند، تا برایشون
همه چیز رو توضیح ندی نمی‌فهمند. مامانم هم
همین کار رو می‌کنه، دائم هر چه را که آزارش
می‌ده به زبون می‌آره. البته خیلی وقت‌ها هم بابام
گوش‌هایش رو کر می‌گیره و هر کار که بخواد
انجام می‌ده، مامانم خودش رو به زمین و سقف
هم بکوبه بی‌فایده‌است، بالاخره تسلیم می‌شه.
ولی من از این جور تسلیم شدن خوشم نمی‌یاد. بهم
بر می‌خورده. شاید هم می‌ترسم، اصلاً همه‌اش از
ترسه. نمی‌دونم چطور بقیه نمی‌فهمند.

معلم زبان، خانم همسایه، دوستم می‌گویند:
«وجودت آرامش دارد، وقتی می‌بینمت آرامش
می‌گیریم.» لابد این آرامش زیر پوست پدمن جا
خوش کرده که از درونم کسی خبر نداره. امان از
وقتی که به هم می‌ریزم.

شاید از ترس اینکه کسی از غوغای درونم با
خبر نشه می‌خندم و هر چند که ناراحت و دلخور
باشم، به روی خودم نمی‌آورم، می‌باشکوب
خنده می‌فرستمشان ته دلم. بیچاره این دل! حق
داشت که بترکد.

خوب شد ترکید، حش بود. حقم بود. ذره
بینم رو هم شکستم، دیگه یقه خودم رو نگرفتم،
هر چه را که باید می‌گفتم را فریاد زدم. قلم تند
می‌زد ولی خوب کردم. بیچاره شوهرم حاج و واج
مانده بود، فقط نگاه می‌کرد، گوش می‌داد. می‌دانم
هنوز گیج است. بابام هیچ وقت گیج نمی‌زند
چون دائم با این اوضاع سروکار داره، خودش
هم همینطور، هر چه هست رُک و پوست کنده
تو روی هر کسی می‌گه. شاید به خاطر همینکه
سر رو بالش نگذاشته خوابش می‌بره.

شوهرم از بس که حرف نمی‌شنوه راحت
می‌خوابه ولی من دائم به چپ و راست غلت
میزنم، آنقدر که پهلوهام درد می‌گیره تا خوابم
ببره. ولی از وقتی خالی شدم راحت می‌خوابم.
دیگه هم با عمه خدا بیمارم مادرم خودم رو مقایسه
نکردم، اینکه اسوه صبر بود و هر کثافت کاری
هم که شوهرش می‌کرد با قریبون جونم به روی
خودش نمی‌آورد و آبروداری می‌کرد، همیشه
لبخند به لب داشت و الهی شکر از زبانش قطع
نمی‌شد. دیگر این کار به نظرم سر خود شیره
مالیدن.

اصلاً تقصیر همین جور زن‌هاست، اگر
اینقدر لا پوشانی نکرده بودند امثال من هم
اینطوری رفتار نمی‌کردیم. فرهنگمون اینطور
نمی‌شد.

ولسی باید راه درست رو پیدا کنم. از دادو
فریاد خوشم نمی‌یاد. اینطوری که نمی‌شه ادامه
داد. بالاخره باید ظاهر و باطنم رو یکی کنم. گول
زدن دیگران دیگه بسه.

شهرستان را بزرگ و گسترده کرده‌اند. سر ظهر هم که می‌شود شوق کلاس
را به خانه می‌برند و غذاهای حاضری و سردستی را به طعم روایت و چاشنی
قصه، لذت بخش می‌کنند برای همین است که اسم کارگاه داستان نویسی اشان
را گذاشته‌اند: «امروز شنبه است بجای ناهار داستان داریم»
رودابه کمالی

دریک شهرستان کوچک چند نفر خانم که بیشترشان مادرند یک هفته
درمیان روزهای شنبه دور هم جمع می‌شوند، داستان می‌نویسند و درباره‌ی
داستانها و کتابهایی که خوانده‌اند حرف می‌زنند در حالی که دلشان شور می‌زند
ناهار چه کنند، بچه‌ها از مدرسه نیابند و پشت در نمانند و... با این همه از دور هم
بودن و خواندن و نوشتن شان لذت می‌برند و با این تجربه، فضای کوچک



من کی هستم؟

● هانیه ضرابی

من ترکیدم. درست مثل زودپزی که سوراخ‌های
سوپاپش گرفته باشد و روی زمین پرت شود، به
چپ و راست بچرخد و هر چه دارد به درو دیوار
و سقف بپاشد، من هم پاشیدم. هر چه تو دلم
ماسیده بود و با جرحه‌های سکوت و صبر قورت
داده بودم، همه بالا آمد. تازه فهمیدم صبر نبود.
از بس دیگران گفتند صبوری، باورم شده بود.
هی می‌گفتم: «من صبور نیستم، تظاهر به صبر
می‌کنم.» به خرجشان نمی‌رفت. اصلاً به حرف
دیگران چکار دارم. تعریف کنند، بد بگویند. ولی
بعضی وقت‌ها خیلی دلم می‌خواست که کسی
ازم تعریف کند. درست عین گل گردن شلی
که برای آب لاله می‌زند، تا کسی ازم تعریف
می‌کرد، جان می‌گرفتم. عین بر جک‌هایی که بچه‌ها
می‌سازند، تمام پیچ و مهره‌های پشتم و روحم
صاف می‌شدند و راست روی هم قرار می‌گرفتند.
وقتی دوستم بهم گفت: «خیلی ازت خوشم می‌آد
به دنیا خیلی بی‌اعتنایی.» یک پوزخند گنده سر
تا پای وجودم نقش می‌بست. این حرف‌ها را هم
نشنیدم می‌گرفتم. خودم کمی دانستم چه کارام، همین
بس بود. اصلاً بگذار دیگران خوش خیال باشند.
مگه بده! مگه نمی‌گویند خدا ستار است؟ لابد
خواست‌ه این طوری ضعف‌هایم را جلوی دیگران
بپوشاند. عین کسی که یک دست لباس را جوری
سفارش می‌دهد بدوزند که پایین تنه بزرگ و
شانه کجش معلوم نشود. اگه لباس تنگ و چسبان
بپوشد خوب است؟! انگشت نما می‌شود. خب
من هم انگشت نما شوم که خوب نیست. پس
اشتباه نمی‌کنم. همیشه که نمی‌شه لباس شیک
عیب پوش پوشید. بالاخره آدم خسته می‌شه.
من هم خسته شدم. رفته سراغ صندوقخانه
دلم، درش را باز کردم، هر چه بود خالی کردم:

پارچه‌های قدیمی بته جغه‌ای که با حسادت و
حسرت نخ نما شده بودند، پارچه‌های ابریشمی
سفید بخشنده‌گی که گوشه‌هایش با پشیمانی پاره
شده بود. طاقه‌های مخمل و کتان خیرخواهی و
محبت که با نفتالین‌های قضاوت و خودخواهی
بسو گرفته بود. خالی شدم. بدنه زنگ خورده
صندوق توجهم را جلب کرد، سرتاسر از خشم
و کم توقعیهای پنهان شده نسبت به شوهرم زنگ
زده بود. باید چه کار کنم؟ باید چه می‌کردم؟ شاید
هم روش مادرم درست باشد، هفته‌ای دو سه بار
داد و بیداد می‌کنه و بابا مو می‌شوره می‌ذاره کنار،
هم خودش راحت می‌شه و هم بابام می‌دونه با
چه آدمی طرفه. هر چه بهم می‌گفت به خودت
پرس، منظورش رو نمی‌فهمیدم. اما از وقتی
ترکیدم فهمیدم به خود رسیدن یعنی چی؟
هی ملاحظه‌اش رو کردم، بعضی وقت‌ها

نصف روز طول می‌کشید تا خودم را راضی کنم
که چیزی نیست خسته‌است، گرفتاره، وقت
نداره. به خاطر رفاه مازحمت می‌کنشه، حالا
من هم خیالش را ناراحت کنم. بگم خسته شدم،
می‌خوام گردش برم، سفر برم، تنهایی قدم بزنم. از
کار خونه و سر و صدای بچه‌ها جانم به لبم رسیده.
ولی نگفتم. تا وارد خانه می‌شد بی‌اختیار لبخند
می‌زد. از بس که دوستش دارم، نمی‌خواستم
بهش فشار بیاورم. اگر هم مرا دوست داره باید
خودش بفهمه که زنش چس می‌خواد، به تنوع
احتیاج داره، ولی نفهمید. اصلاً تو این باغها نبود.
این بود که ترکیدم. هر چه که باید می‌گفتم و نگفتم
بودم را سرش فریاد زدم. نه اینکه فحش بدم‌ها،
ولی بدم نمی‌آمد دهانم را باز کنم و هر چه سر
زبانم می‌آید بهش بگم ولی نگفتم، یعنی خوب
شد که نگفتم. آنوقت بعدش آب پاکی رو دست

... گشت و گذار

وکیل آباد



وکیل آباد یکی از بلوارهای مشهد
است که در غرب این شهر قرار دارد و
نسبت به شرق شهر آب و هوای بهتری
دارد. پارک جنگلی وکیل آباد نزدیکترین
بیلاق عمومی مشهد به حساب می‌آید که
در فاصله ۸ کیلومتری شمال غرب مشهد قرار گرفته و بلوار عریض
و بسیار زیبای وکیل آباد - میدان آزادی را به روستا و پارک جنگلی
وکیل آباد متصل می‌کند. مساحت وکیل آباد بیش از ۷۰ هکتار و
دارای رودخانه فصلی است اما با آب قنات آبیاری می‌شود.

پسارک وکیل آباد از جمله تفرجگاه‌های قدیمی و زیبای این
شهر است و دارای محلی برای استراحت مسافران، شهر بازی
بسیار بزرگی به نام کوهستان پارک شادی و باغ وحش است.
پارک جنگلی وکیل آباد مشهد که در گذشته به نام میر طراز یا باغ
وکیل آباد شناخته می‌شد، در سال ۱۳۴۸ ش. توسط مالک آن،
خامه حسین آقای ملک، به صورت رسمی وقف استفاده عموم
شد و به شهرداری مشهد واگذار گردید.

... گالری

موزه هنرهای ملی ایران



هنر مینیاتور ایرانی، همه دنیا را شیفته
خود کرده است. آنقدر که اروپایی‌ها هم برای
یادگیری این هنر سراغ اساتید ایرانی می‌روند
و نمایشگاه‌های مینیاتور ایرانی در کشورهای
دیگر با استقبال خوب خارجی‌ها رو به رو

می‌شود. اما این بار، ورق برگشته و خارجی‌ها نمایشگاه مینیاتورشان
را به ایران آورده‌اند. این روزها اگر سری به موزه هنرهای ملی بزنید،
می‌توانید نمایشگاهی از مینیاتورهای نقاشان فرانسوی را ببینید که
آثارشان را به تهران فرستاده‌اند تا به نمایش در آید. این نمایشگاه که
«مینیاتور ایرانی، نقاشان فرانسوی» نام دارد، شامل مجموعه‌ای است
از آثار هنرمندان فرانسوی است که همگی از شاگردان استاد عباس
معیری هستند. این نمایشگاه در روز سه شنبه ۳۰ اردیبهشت گشایش
یافته و تا تاریخ ۱۳ خرداد هر روز به جز پنجشنبه و جمعه از ساعت ۸
تا ۱۷ برای بازدید عموم دایر است. برای بازدید از این نمایشگاه باید
به موزه هنرهای ملی ایران در میدان بهارستان، خیابان کمال‌الملک،
ساختمان وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی مراجعه کنید.

... کتابی

بانوی بهشتی



مجموعه داستان بانوی بهشتی شامل
شش داستان کوتاه از نویسندگان مطرح و
شناخته شده لهستان است که به تازگی با
ترجمه روشن وزیری از سوی نشر ماهی
منتشر شده است. هنریک شنکه‌ویچ، کساوری

پروشینسکی، تادئوش بوروفسکی، گوستاو هرلینگ گروچینسکی و
یتولد زالفسکی پنج نویسنده‌ای هستند که داستان‌های کوتاهی از
آنها به انتخاب وزیری در این مجموعه درج شده است. فانوس بان،
شیپورچی سمرقند، خانم‌ها و آقایان بفرمایید اتاق گاز، بانوی بهشتی،
«دفتر یادداشت و یلیام مدلینگ، میرغصب بازنشسته»، «حذر کنیم از
فردای روز عید، رنج واپسین روزهای زندگی وان گوگ» از جمله
عناوین داستان‌های این مجموعه است. این مجموعه همچنین شامل
بیوگرافی کوتاهی از هر یک نویسندگان است که در آن مخاطب با
ذهن و زبان و زمانه‌ای که نویسنده در آن دست به تالیف اثر زده است
آشنا می‌شود. مجموعه داستان بانوی بهشتی در ۱۸۹ صفحه و با قیمت
۷۵۰۰ تومان منتشر شده است.

...دستیاری شیمیایی

دسر کشکول

کشکول نام یک دسر ترکیه‌ای است که به سادگی فرنی تهیه می‌شود. تهیه این دسر نیاز به هیچ ابزار و تخصص خاصی ندارد و می‌توانید آماده کردن آن را به همسر یا فرزندان واگذار کرده و آنها را در آشپزی خانگی تان سهیم کنید.

● مواد لازم:

شیر	یک لیتر
شکر	یک پیمانه
پودر بادام	نصف پیمانه
نشاسته ذرت	۶ قاشق
زرده تخم مرغ	یک عدد
پودر نارگیل	۲ قاشق
بادام خلال شده	۵۰ گرم
پودر پسته	یک قاشق
طرز تهیه:	



یک قابلمه سایز متوسط آماده کنید و شیر، شکر، پودر بادام، نشاسته و زرده تخم مرغ را در آن ریخته با هم مخلوط کرده و روی حرارت ملایم بپزید. بهتر است قابلمه لعابی و در درجه بعد، تفلول باشد. آرام آرام مخلوط را هم بزنید تا به جوش بیاید. سپس پودر نارگیل را به آن اضافه کرده و آن را در کاسه‌های یک نفره برای سرو کردن بریزید. روی پودینگ‌ها را با خلال بادام و پودر پسته تزئین کنید و آنها را در یخچال بگذارید تا سرد شوند. این دسر، مقوی و پر کالری است و بعد از یک روز کار طولانی می‌تواند انرژی بخش باشد.

...آشپزی خانگی

آبگوشت خشک

آبگوشت خشک یا دو گوله دودار یک غذای لرستانی است که به خاطر ترکیب پر پروتئین و پر کلسیم اش، بسیار سالم و مغذی است.

● مواد لازم:

گوشت آبگوشتی	۳۰۰ گرم
نخود	نصف لیوان
لوبیا سفید	نصف لیوان
سیر	۳ حبه
بادمجان	۲ عدد
پیاز	۱ عدد
کشک غلیظ	۱ لیوان
نعناع خشک	به میزان لازم
نمک و فلفل	به میزان لازم
طرز تهیه:	



نخود و لوبیا را از شب قبل خیس کنید و بعد از چند بار تعویض آب، آنها را بپزید. در حین پخت یکی دو بار آب را عوض کنید تا خاصیت نفاخ بودن آن از بین برود. بعد از نیم پز شدن، نخود و لوبیا را همراه گوشت، سیر و پیاز خرد شده و چند لیوان آب روی حرارت متوسط بپزید. بادمجان‌ها را خرد کنید و با نصف لیوان آب بپزید و له کنید. پس از اینکه آبگوشت پخت بادمجان‌ها را اضافه کرده و در آخر کشک را بریزید و خوب مخلوط کنید، ۱۰ دقیقه صبر کنید تا آبگوشت جابفتد.

بعد از آن نمک و فلفل آش را اندازه کنید. سپس حدود ۳ قاشق غذاخوری نعناع را با مقداری روغن تفت دهید و در آبگوشت بریزید. این آبگوشت را باید درست مثل آبگوشت سنتی سرو کرد. یعنی آب آن را جدا و مواد جامد را جدا به صورت کوبیده. در صورت تمایل می‌توانید ۱ عدد سیب زمینی را در زمان پخت به این آبگوشت اضافه کنید همچنین می‌توانید بادمجان‌ها را سرخ کرده و پس از کوبیدن اضافه کنید.



دستیاری شیمیایی



دهید، مقداری پیاز داغ و آب را به آن اضافه کنید و اجازه دهید بجوشد و غلیظ شود. حالا در صورت تمایل این سس را کنار غذا سرو کنید. همچنین می‌توانید کوفته‌ها را یکی یکی در آن قرار دهید و بگذارید با حرارت ملایم حدود ۴۵ دقیقه تا یک ساعت بپزند.

ده دقیقه قبل از برداشتن از روی حرارت، آب و نمک و ترشی غذا را اندازه کرده در صورت تمایل چند پر مرزه یا ترخون تازه در آب آن بیندازید و برای سرو کردن، در ظرف بکشید.

پیاز داغ، گوشت، برنج، نمک، فلفل، زردچوبه و سبزی را اضافه کنید و خوب ورز دهید تا کاملاً مخلوط و یکدست شود. در صورت شل بودن می‌توانید کمی آرد سوخاری به مواد اضافه کنید. حالا از مایه به اندازه یک نارنگی برداشته و در دست شکل دهید و کنار بگذارید. تخم مرغ را در ظرفی بشکنید و هم بزنید. سپس کوفته‌ها را در تخم مرغ و آرد سوخاری بغلتانید و در تابه سرخ کنید. برای تهیه سس این غذا، رب گوجه فرنگی را در روغن یا کمی کره تفت

قسمت کود دامی یا خاک برگ، یک قسمت خاک باغچه و کمی ماسه همراه با کود شیمیایی باشد. کمبود مواد غذایی موجب زردی و ریزش برگ‌ها می‌شود. برای جبران کمبودهای غذایی از کودهای مکمل یا ریز مغذی استفاده کنید. این نوع کودها در مراکز فروش گل و گیاه فروخته می‌شوند. گلدان باید مناسب با درخت یا درختچه انتخاب شود. برای انواع بلند و کشیده باید از



گلدان‌های عمیق استفاده کنیم اما برای گیاهان کوچک‌تر جعبه گل کفایت می‌کند. گلدان و باکس گل باید منفذی برای خروج آب‌های اضافه داشته باشد. به همین دلیل زیر گلدانی را فراموش نکنید. در بالکن‌های خانگی درختان و درختچه‌هایی که به سرما حساس هستند باید نزدیک به دیوار قرار بگیرند تا از سرمای زمستان محافظت شوند و گیاهان آفتاب دوست باید دقیقاً در مسیر تابش آفتاب باشند.

اگر کامکوات، نارنج یا سایر مرکبات را می‌کارید باید بدانید مرکبات دوستدار خاک‌های اسیدی و حاصلخیزند. آبیاری را مرتب انجام دهید و اجازه ندهید خاک خشک شود. با این

...پیشگامان سبزی آشپزی

کوفته بادمجان

کوفته بادمجان غذای لذیذی است که شاید تجربه آن را نداشته باشید اما بدون شک یکی از بهترین کوفته‌هایی است که می‌توانید در برنامه غذایی تان جا دهید. به خصوص اگر از عاشقان بادمجان باشید این کوفته معطر و خوش طعم حسایی به مذاقتان خوش می‌آید. کوفته بادمجان را با نان سنگک داغ و ریحان تازه میل کنید.

● مواد لازم:

بادمجان	نیم کیلو
پیاز	یک عدد
گوشت چرخ کرده	۳۰۰ گرم
برنج پخته	یک پیمانه
نمک، فلفل، زردچوبه	به میزان لازم
سبزیجات معطر	۱۰۰ گرم
رب	۳ قاشق
روغن	به میزان لازم
پیاز داغ	یک سوم پیمانه
آب	چهار پیمانه
آبلیمو	به میزان دلخواه
آرد سوخاری	به میزان لازم
تخم مرغ	یک عدد
طرز تهیه:	

سبزی‌های معطر این غذا ترخون، جعفری، گشنیز هستند. این سبزیجات را شسته، پاک و خرد کنید. سپس بادمجان را رنده ریز کرده و پیاز متوسط را با رنده درشت یا متوسط رنده کنید. آنها را مخلوط کرده و با دست فشار داده تا آب اضافی کاملاً خارج شود. حالا به این مایه

...گلخانه گلاری

باغچه‌ای در نمای ساختمان

در شماره قبل، اصول اولیه گلکاری و نگهداری از گیاهان در بالکن خانه را آموزش دادیم. در این بخش، گیاهان بیشتری را برای بالکن شما معرفی می‌کنیم.

یاس هلندی: یاس هلندی همیشه سبز است اما از آنجایی که گرما دوست است و تحمل سرما را ندارد در فصل زمستان باید بیشتر از آن مراقبت کرده با این حال این گیاه را باید در سایه نگه داشته و هر ۱۵ روز یک بار خاک آن را با کود تازه تقویت کنید.

پیچ امین الدوله: پیچ امین الدوله شاید زیباترین و نوستالژیک‌ترین گیاهی باشد که در خانه‌های ایرانی رشد می‌کند. این پیچ بالا رونده و زیبا با فضای آپارتمان سازگارپذیر نیست چون نیاز مبرم به نور خورشید دارد. بنابراین آن را در ایوان یا بالکن خود بکارید و خاکش را همیشه مرطوب نگه دارید.

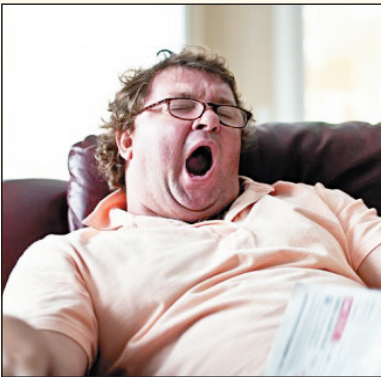
شب بو: شب بوها گیاهانی یک ساله یا دوساله هستند که به عنوان یک ساله مقاوم کشت می‌شود. گل شب بو به دلیل مقاومت بالایش در مقابل سرما یکی از بهترین گزینه‌ها برای فصل زمستان و بهار است و در رنگ‌های متنوع صورتی، لاکه، ارغوانی، بنفش، زرد، یاسی، سفید، قرمز گلی و آجری وجود دارد.

شمعدانی: شمعدانی‌ها به نور زیاد و خاک سنگین و همیشه مرطوب احتیاج دارند و به همین دلیل گیاهان مناسبی برای کاشت در فلاورباکس‌ها و گلدان‌های آویزی هستند. شمعدانی‌ها به خاک غنی نیاز دارند و در مجاورت آب زیاد، علایم پلاسیدگی از خود نشان می‌دهند.

تکاتی درباره گلکاری خانگی

لازم است هر دو یا سه سال چند بار خاک گلدان‌ها عوض شود. خاک گلدان باید شامل: یک

بهبود ای تازه برای به تعویق انداختن کارها



اگر همسران از آن دسته افراد است که کار امروز را به فردا می‌اندازد، زیاد از دستش دلخور نباشید و سعی کنید او را درک کنید. می‌پرسید چرا؟ چون تحقیقات جدید نشان می‌دهد: ویژگی‌ای که منجر به تعویق انداختن امور می‌شود، با ژنتیک مرتبط و تقریباً قابل انتقال است.

ایمن محققان دریافته‌اند که به تعویق انداختن کارها یک دلیل ژنتیکی دارد و به عنوان یکی از صفات تکانشگری محسوب می‌شود و ممکن است این افراد این صفات را به ارث برده باشند. آنها معتقدند میزان انتقال وراثت ژن به تعویق انداختن امور ۶۶ درصد و تکانشگری ۴۹ درصد است. پس با این حساب همسران تنها ۵۰ درصد مقصر است.

محققان روانشناسی دانشگاه کلرادو معتقدند به تعویق انداختن امور و تکانشگری افراد باعث فراموشی اهداف و لزوم انجام ندادن سریع کارها در اینگونه افراد می‌شود. البته آنها در پی یافتن علل دیگر به تعویق انداختن امور در برخی افراد هستند تا علت واکنش تند و بدون تفکر آنها را دریابند.

نتایج نشان می‌دهد این دو مورد در افراد به یک میزان وجود دارد و هیچ یک بدون دیگری نیست، اما محققان تاکید کردند شناسایی علت و معلول آنها دشوار است. آنان نمی‌توانند با اطمینان اظهار کنند که به تعویق انداختن به دلیل تکانشگری است یا تکانشگری به دلیل تمایلات تعویق انداختن است. تکانشگری به نظر یک خصیصه است که در طولانی مدت وجود دارد و عامل تعویق، دستاورد جهان مدرن امروز است. نتایج این تحقیق در نشریه علوم روانشناسی منتشر شده است.

دکتر مهشید چایچی

عطرها، قاتل هورمون‌ها



سرفه، عطسه، خارش و کهیر همراه هستند. استفاده زیاد از عطر باعث می‌شود که این عوامل آلرژی‌زا همراه با باد در محیط منتشر شوند و به افرادی که مبتلا به آلرژی هستند ولی خودشان از عطر استفاده نمی‌کنند نیز آسیب برسانند.

علاوه بر این مواد فزونی که برای انتشار بوی عطر مورد استفاده قرار می‌گیرند، معمولاً در پوست، خون و شیر مادر انباشته می‌شوند و تجمع آنان باعث تحریکات پوستی، سرطان، اختلالات هورمونی و ناباروری می‌شود. این مواد به راحتی وارد زنجیره غذایی می‌شوند و در عملکرد سیستم بدن اختلال ایجاد می‌کنند.

متخصصان محیط زیست معتقدند استفاده از عطر و اسپری منجر به گرمایش جهانی می‌شود. متأسفانه اغلب تولیدکننده‌های عطر از مواد سمی و مضر که مورد تایید سازمان‌های بین‌المللی پزشکی معتبر جهان نیست استفاده می‌کنند و تشخیص آن برای افراد عادی غیر ممکن است. براساس تحقیقات انجام شده، ترکیبات شیمیایی عطر باعث رشد غیرطبیعی اندام تناسلی در جنین پسر می‌شود. ادامه تحقیقات نشان می‌دهد که این ترکیبات در تعداد اسپرم مردان بالغ نیز موثر است و باعث کاهش ناباروری می‌شود.

البته برخی از گزارش‌های پزشکی بر عطر درمانی یا بو درمانی تاکید دارد که البته در این روش‌ها از بوی طبیعی گل‌ها و گیاهان استفاده شده و تحت نظر پزشک انجام می‌شود.

تنفس باعث تنگی نفس، سوزش چشم، دهان، پوست، ریه و گلو می‌شوند. بنزالدین نام یکی از مواد استفاده شده در انواع عطر است؛ این ماده باعث پرمردگی و افسردگی سیستم مرکزی اعصاب مغز می‌شود. بنزیل‌الکل یکی دیگر از مواد رایجی است که در انواع عطر مورد استفاده قرار می‌گیرد. این ماده باعث تحریک دستگاه تنفسی فوقانی و بروز علائمی چون تهوع، سرگیجه، سردرد و نارسای تنفسی می‌شود. یکی دیگر از مواد مضر موجود در عطر، اتیل استات است که با کم خونی، آسیب کلیوی و آسیب کبدی در ارتباط است. یکی دیگر از مهمترین اثرات مضر عطر، افزایش انواع آلرژی است. مواد اولیه تولید عطر معمولاً از گل‌های مختلف گرفته می‌شوند که اغلب حاوی مواد آلرژن هستند. این مواد با علائمی مانند

اگر عادت دارید روزی چندبار به خودتان عطر بزنید، یا شیشه عطر را روی صورتتان خالی کنید، این خبر را بخوانید. نتایج یک مطالعه در مورد تاثیر عطر، ادکلن و افشانه‌های خوشبوکننده، بر بدن نشان می‌دهد که تعدادی از این محصولات حاوی حجم بالایی از نوع ماده شیمیایی خطرناک و تاثیرگذار بر عملکرد هورمون‌ها هستند. بد نیست بدانید این تحقیق تحت نظارت سازمان حفاظت محیط زیست اتریش انجام شده است.

این سازمان با انتشار بیانیه‌ای در مورد نتیجه این تحقیق اعلام کرد: در این بررسی ۵۳ نوع مختلف عطر و ادکلن آزمایش شدند و نتایج مطالعات تایید کرد که در شش نمونه از این محصولات نوعی ماده شیمیایی موسوم به «دی اتیل فتالات» وجود دارد که تاثیر سوء بر عملکرد هورمون‌ها می‌گذارد.

به گفته کارشناسان اتریشی، از عوارض جانبی این ماده شیمیایی این است که هنگام تماس با پوست، وارد جریان خون می‌شود و می‌تواند برای زنان و مردان مشکلات باروری به وجود آورد و همچنین ابتلا به سرطان‌های پستان، پروستات و بیماری‌های متابولیک همچون دیابت و چاقی را افزایش دهد. پژوهش اخیر تنها تحقیق در مورد تاثیر سوء عطرهای شیمیایی بر ارگان‌های بدن نیست. پیشتر در این زمینه گزارش‌های پزشکی متعددی منتشر شده است. بسیاری از مواد تشکیل دهنده عطر در لیست زیادهای خطرناک سازمان حفاظت محیط زیست در کشورهای مختلف قرار دارند. این مواد در صورت

پوست انگور، سپر دیابت

باشد این بیماری در کشور ما نیز شایع است و براساس آمار سال ۹۲ بیش از ۶ میلیون نفر ایرانی مبتلا به دیابت هستند.



منبع انرژی بدن است. نرخ رشد دیابت نوع ۲ در آمریکای دهه اخیر دو برابر شده است؛ به طوری که در حال حاضر حدود ۲۶ میلیون شهروند آمریکایی از این بیماری رنج می‌برند. بنابراین همواره نیاز به استراتژی‌های مکمل و طبیعی برای کنترل و مهار این بیماری احساس می‌شود.

دیابت نوع ۲ شایع‌ترین نوع دیابت است. در این بیماری بدن به اندازه کافی انسولین تولید نمی‌کند یا سلول‌ها میزان انسولین تولید شده را نادیده می‌گیرند. یادتان

اگر چه هنوز فصل انگور چینی نرسیده اما بد نیست به خبر تازه‌ای که در باره این میوه منتشر شده، توجه کنید: تحقیقات اخیر محققان دانشگاه ایالتی وین نشان می‌دهد که عصاره پوست انگور قادر به مهار دیابت نوع ۲ است. محققان معتقدند عصاره پوست انگور که جی-اس نام دارد، دارای مکانیسم مهار قند خون اضافی است و به عنوان بهترین گزینه برای مدیریت دیابت محسوب می‌شود. دیابت به علت ناتوانی بدن در تولید یا مصرف انسولین بوجود می‌آید. انسولین ماده‌ای است که توسط لوزالمعده تولید می‌شود و نقش آن کنترل استفاده سلول از قند به عنوان عظیم‌ترین

شرایط حمام رفتن در پزشکی ایرانی

متخصصان طب ایرانی معتقدند خارج شدن از حمام نیز مثل وارد شدن به حمام باید تدریجی باشد و فرد نباید به یکباره از فضای گرم داخل به فضای سرد بیرون وارد شود بنابراین پس از استحمام و قبل از خارج شدن از حمام، شستن پاها با آب سرد برای فرد گرم مزاج در فصل گرما و با آب گرم برای سرد مزاج در فصل سرما و با آب ولرم برای فرد معتدل المزاج توصیه می‌شود. در ضمن پس از بیرون آمدن از حمام از ۵ چیز باید دوری کنید: آشامیدن آب سرد، خروج ناگهانی از منزل و به یکباره وارد شدن به هوای بیرون بویژه در فصل زمستان، ورزش و کارهای سخت، خشم و عصبانیت، نزدیکی و خوردن غذا بلافاصله پس از خروج از حمام.

در طب ایرانی استفاده از سنگ پا در حمام توصیه می‌شود. زیرا اساییدن پا به سنگ، نه تنها چرک پا را زایل می‌کند بلکه خستگی و کوفتگی پا برطرف می‌شود؛ همچنین جهت برخی انواع سردرد و اکثر بیماری‌های مغزی سودمند است، به خاطر این که ماده را از قسمت‌های بالاتر به سمت قسمت‌های پایین بدن می‌کشاند. سنگ پا باید خشن و متخلخل باشد تا جذب ماده زیاده‌تر شود.

جوان و گرم مزاج باید از آب نیم گرم بلکه آب سرد استفاده کند و فضای حمام را در حالت سرد و تر نگه دارد ولی فرد با مزاج سرد باید فضای حمام را گرم و تر نماید. از سوی دیگر در فصل زمستان، فرد با مزاج گرم باید فضای حمام را در حالت گرم و تر و فرد سرد مزاج آن را در حالت گرم و خشک نگه دارد.

پزشکان ایرانی معتقد بودند بهتر است زمان حمام رفتن، بعد از هضم غذا باشد، مگر این که فرد دارای مزاج گرم باشد که ممکن است در این حالت استحمام در حالت ناشتا باعث به جریان افتادن و برانگیخته شدن صفرا شود. در این حالت بهترین چیزی که قبل از استحمام برای خوردن مناسب است نان همراه آب میوه یا نانی که در گلاب خیسانده شده باشد است.

یادتان باشد لازم است از خوردن و آشامیدن در حین استحمام نیز خودداری کنید. اگر می‌خواهید لاغر شوید بهتر است ناشتا حمام کنید اما حکما معتقدند حمام در حالت سیری باعث چاقی می‌شود ولی خطر ایجاد انسداد در مسیر دفع وجود دارد بنابراین بهتر است در حالت پری معده و یا خالی بودن آن به حمام نروید.

امروزه بر خلاف گذشته که حمام رفتن آداب خاصی داشت، به علت در دسترس بودن آب گرم و حمام در اغلب منازل، دیگر در یک چشم به هم زدن می‌توان دوش گرفت و حمام کرد. البته این در دسترس بودن اتفاق بسیار خوبی است اما نباید باعث شود که شرایط استحمام نادیده گرفته شود. زیرا همین نکته‌های به ظاهر بی اهمیت می‌تواند مشکلاتی را برای تندرستی انسان ایجاد کند. به همین علت در این فرصت به ذکر خلاصه‌ای از شرایط استحمام در طب ایرانی اشاره می‌کنیم:

لایه شما هم تجربه کرده‌اید که در نتیجه حمام رفتن، منافذ پوست باز شده و عرق می‌کند. به طور کلی حمام طولانی باعث گرمی و خشکی بدن و حمام کوتاه باعث افزایش رطوبت بدن می‌شود.

اگر چه تاثیر حمام بسته به درجه حرارت و مکان آن دارد اما زیاد ماندن در حمام، موجب ریختن مواد زائد و فضولات به اعضای ضعیف بدن و همچنین سبب سستی جسم، آسیب عصب، تحلیل حرارت غریزی، کمی اشتها نسبت به غذا و کاهش میل جنسی می‌شود. بنابراین در هنگام استحمام باید رعایت فصل و مزاج را کرد. به طور مثال در فصل تابستان، فرد





همسر و فرزندان به اندازه کافی وقت بگذارد. ایجاد هماهنگی ابتدا بسیار سخت است اما به مرور زمان می‌آموزید چطور میان خواسته‌ها و نیازهایتان هماهنگی ایجاد کنید و به همه آنها بپردازید.

پده، بستان

شاید احساس کنید بعد از ازدواج یا بچه دار شدن برقراری ارتباط با دوستانی که شرایطی مشابه شما دارند سخت است یا ممکن است بخاطر این تفاوت در روابطشان دچار تنش و درگیری و عدم تفاهم شوید. دوستان خویشتان را هرگز از دایره معاشرت حذف نکنید. بخشی از معاشرت شما با یک دوست صمیمی حرف زدن درباره سبک زندگی و دغدغه‌ها و نگرانی‌ها و خواسته‌هایتان است. از این فرصت استفاده کنید و درباره همسران، فرزندان و زندگی مشترک تان حرف بزنید تا او درک بهتری از موقعیت شما پیدا کند و به همین ترتیب فارغ از اینکه شما چه شرایطی دارید و چطور زندگی می‌کنید به نوع زندگی و اولویت‌های دوست تان اهمیت بدهید.

دوستی‌های جدید

ممکن است با همه این تلاش‌ها برای حفظ یک دوستی احساس کنید این رابطه خوب پیش نمی‌رود و هر دوی شما از این ارتباط آسیب می‌بینید. مجبور نیستید به هر ترتیبی یک دوستی را ادامه بدهید اگر لازم است اجازه بدهید یک رابطه فرسایشی تمام شود. قرار نیست همه دوستی‌ها به اندازه تمام عمر شما طول بکشند. بعضی از روابط تاریخ مصرف دارند و باید آنها را رها کنید و روابط جدید را شروع کنید. در دوستی‌های جدید قدرت انتخاب بیشتری دارید می‌توانید با زن یا مردی متاهل دوست شوید که شرایط شما را دارند می‌توانید دوستی انتخاب کنید که مادر یا پدر است. به طور طبیعی بعد از ازدواج با افراد دیگری نیز آشنا می‌شوید که بسیار به شما و شرایط شما نزدیک هستند. در محیط کار و بواسطه ازدواج یا بچه دار شدن شما وارد گروه‌ها و حلقه‌های جدید اجتماعی می‌شوید و می‌توانید دوستان تازه پیدا کنید.

دوستان مشترک

علاوه بر اینکه می‌توانید دوستان خودتان را داشته باشید بعضی از دوستان را وارد ارتباط‌های خانوادگی کنید. دوستی با یک زوج برای ارتباط شما و همسران خوب است. اگر احساس می‌کنید ایجاد ارتباط خانوادگی با یک زوج دیگر برای شما و همسران خوب است این کار را بکنید. اگر همه دوستی‌ها را جداگانه و خصوصی پیش ببرید بعید نیست با همسران دچار اختلاف و درگیری شوید. ازدواج و بچه دار شدن پایان رابطه اجتماعی شما نیست. اما این روابط تغییر خواهد کرد. شما باید برای حفظ آنها تلاش کنید. چیزی که مهم است حفظ یک دوستی خوب و ارتباط سالم است این دوستی می‌تواند قدیمی یا تازه باشد. دوستان تان را از دست ندهید، دوست خوب حال شما را خوب می‌کند.



دوستان؛ پس از ازدواج

همیشه نگه دارید.

تعیین مرزهای جدید

محدودیت‌هایی برای انتظارات و تعهدات در دوستی‌هایتان داشته باشید. چه برای دوستان بسیار صمیمی یا اعضای خانواده حد و اندازه‌ای قائل شوید. به دوستان بگویید این ارتباط چه ارزش جایگاهی دارد. چیزی که باعث می‌شود بهترین دوستان را از دست بدهید این است که برای رابطه مرزی قرار نداده‌اید. دوستان باید بدانند که اگر چه شما همیشه فرصت معاشرت ندارید اما برای این ارتباط ارزش قائل هستید. علاوه بر این به این مساله فکر کنید که زندگی دوستان هم تغییر می‌کند و همان توفقی را از آنها داشته باشید که وقتی سبک زندگی‌شان تغییر کرد آنها از شما توقع دارند. و یادتان باشد دوستان در جایگاه شنیدن غرو لندهای شما علیه همسران نیست. برای خودتان قانونی تعیین کنید؛ چیزی که نمی‌توانید به همسران بگویید را نباید به دوستان نیز بگویید.

وقت مناسبی صرف دوستی کنید

به عنوان یک انسان بالغ باید به علاقمندی‌ها و خواسته‌هایتان توجه کنید و هم زمان ضرورت‌های زندگی تان را در نظر داشته باشید. به همسران بگویید چه اوقاتی را با دوستان سسپری می‌کنید و چرا به این دوستی و نوع معاشرت احتیاج دارید. در عین حال دوستان تان باید بدانند که مثل گذشته نمی‌توانید تعطیلات آخر هفته را با آنها باشید، سفرهای مجردی شما محدود است و باید برای

برای زندگی شما و همسران ایجاد می‌کند. این تغییرات دیدگاه شما را نسبت به زندگی، خواسته‌ها و اولویت‌هایتان عوض می‌کند. از کسانی که سعی می‌کنند احساسی منفی نسبت به این تغییرات در شما به وجود بیاورند دوری کنید. بعضی از روابط سمی هستند چون احساس شما را نسبت به ازدواج، کار و بچه بد می‌کنند.

هر از چندگاهی دوستان تان را با همسر و خانواده تان آشنا کنید تا درک بهتری از موقعیت و مسئولیت‌های شما پیدا کنند. آنها باید بدانند چرا شما ترجیح می‌دهید موقع شام به خانه برگردید و تعطیلات را با خانواده به سفر بروید.

چطور دوستی را حفظ کنید

دوستی‌های متعدد، حذف یکی و پیدا کردن دوست جدید در حالیکه شما سعی می‌کنید در روابط تان به ثبات و آرامش برسید آسیب زنده ست. دوستی نیاز به تلاش دارد. حتی بعد از ازدواج و بچه دار شدن با اینکه زمان و موقعیت شما تغییر می‌کند باید برای حفظ روابط اجتماعی تان تلاش کنید. ممکن است زمان شما برای معاشرت، مهمانی‌های دوستانه، سینما رفتن و تماس تلفنی محدود شود اما اگر به دوستان نیاز دارید باید برای آنها وقت بگذارید. شاید فکر کنید معاشرت با دوستی که هیچ کدام از مسئولیت‌های شما را ندارد خیلی خوب نیست. اما اگر دوستی برایتان مهم است با کمی تغییر دیدگاه و ایجاد توافق‌های جدید و تغییر در نوع معاشرت می‌توانید یک دوست خوب را برای

• ریحانه دوستدار

بعد از ازدواج و به دنیا آمدن بچه روابط شما با دوستان بسیار تغییر می‌کند. این تغییرات طبیعی است و نباید شما را شوکه کند. از دست رفتن بسیاری از وقت‌های آزاد و تغییر اولویت‌ها باعث می‌شود روابط شما با دیگران تغییر کند. معمولا ایجاد تعادل میان روابط اجتماعی و روابط ناشویی برای زن و شوهرها با تنش و اختلاف نظر همراه است. اگر یکی از شما دونفر، خواهان معاشرت و روابط اجتماعی گسترده باشد و دیگری گریزان از فعالیت‌های اجتماعی و تنهایی را ترجیح بدهد، اختلاف و درگیری بیشتر می‌شود. درک و پذیرش تفاوت‌ها و نیازهای یکدیگر راهی برای عبور از این اختلاف نظر و ایجاد تعادل میان روابط اجتماعی و روابط ناشویی است. دوستی برای یک زندگی شاد، ضروری است؛ اگر حمایت می‌خواهید، دوست ندارید تنها باشید و می‌خواهید موثر باشید باید به روابط اجتماعی و دوستان تان بها بدهید. بهترین دوست شما می‌تواند همسریا فرزندان باشد اما این کافی نیست. شما به مهربانی و ارتباط با دیگران هم نیاز دارید. این چند الگو را برای ایجاد هماهنگی میان روابط اجتماعی و ناشویی تان به کار ببرید.

تعادل

دوستی به زمان و تلاش نیاز دارد. اما هر چقدر مسئولیت‌هایتان در زندگی بیشتر می‌شود و با مسائل بیشتری درگیر می‌شوید زمان برایتان محدودتر و ارزشمندتر می‌شود. دوستان، معمولا چیزی را می‌گویند که شما دوست دارید بشنوید، تاییدتان می‌کنند، اشتباهات تان را فراموش می‌کنند و از انتخاب‌هایتان حمایت می‌کنند. عجیب نیست که شما برای مشورت و راهنمایی سراغ دوستان تان بروید و با آنها رازهای مگو داشته باشید. یک متخصص روابط ناشویی می‌گوید «این موقعیت می‌تواند میان زن و شوهر فاصله ایجاد کند؛ اگر همیشه دوستان اولویت برای انتخاب، تصمیم و مشورت باشند». در روابط اجتماعی تان مراقب باشید به اندازه کافی به همسران نزدیک باشید و از میزان صمیمیت و دوستی تان مطمئن شوید.

دوستی برای بالابردن اعتماد به نفس بسیار خوب است اما باید میان دوستی‌ها و رابطه ناشویی تان تعادل برقرار کنید. صمیمیت و دوستی شما با همسران نباید چیزی کمتر از صمیمیت با دیگران باشد. سعی کنید معاشرت و همراهی با همسر و اعضای خانواده را بیشتر کنید. هر زمانی را که صرف روابط اجتماعی می‌کنید به همان اندازه برای خانواده وقت بگذارید. دوستان خوب، اولویت‌ها و محدودیت‌های زمانی و مکانی شما را می‌فهمند.

اولویت‌ها

اولویت‌ها، با تغییرات زندگی شما تغییر می‌کند. وقتی ازدواج می‌کنید سبک زندگی تان تغییر می‌کند، بچه دار شدن تغییرات و محدودیت‌های دیگری

توصیه‌های عاشقانه

وقت خرسندی شما رسیده

نارضایتی از زندگی چیزی است که خیلی‌ها با آن درگیرند. شما چه از زندگی مشترک ناراضی باشید و چه از زندگی فردی تان، در هر صورت این نارضایتی روی ارتباط با همسران تاثیر می‌گذارد. با نزدیک شدن به میانسالی هم این وضعیت شدت می‌گیرد و ممکن است پیوسته از خود بپرسید: چرا من در جایی که می‌خواهم نیستم؟ چرا زندگی ام آن طور که دوست داشتم پیش نرفته؟ بهترین راه برای رسیدن به احساس رضایتمندی مرور دوباره خودتان، خواسته‌هایتان و مسیرهای پیش رو است. اما از آنجایی که در یک زندگی متاهلی نمی‌توان یک تنه برنامه ریزی کرد، باید از همسران در این باره کمک بگیرید. احساسات تان را با او در میان بگذارید و از او بخواهید به شما کمک کند تا خودتان را پیدا کنید و کیفیت زندگی فردی و مشترک تان را بالاتر ببرید. این بالا بردن کیفیت صرفا یک موضوع مادی نیست و می‌تواند با کمی وقت گذاشتن بیشتر برای همدیگر، کمک کردن در انجام امور زندگی یا حمایت روانی در کار و تحصیل از سوی همسران به دست بیاید. همین کار را برای همسران هم انجام دهید. از او درباره احساسی که به زندگی مشترک تان دارد بپرسید و سعی کنید او را در رسیدن به رضایتمندی کمک کنید.



همسران و یافته‌ها

حلال مشکلات خانه

نتایج یک بررسی جدید نشان می‌دهد زوج‌های جوانی که انتظارات و وظایف یکسانی در تقسیم کارهای خانه دارند زندگی شان دوام بیشتری پیدا می‌کند. متخصصان علوم پزشکی دانشگاه «ایلی نوری» در بررسی ۲۲۰ زوج جوان دریافتند زنانی که به تقسیم مساوی کارهای خانه معتقدند در صورتی که شوهرانشان نیز با نظر آنان موافق باشند، شادتر به نظر می‌آیند و در این شرایط هر دو طرف از زندگی مشترک بیشتر احساس رضایت می‌کنند. طبق نتایج این مطالعه تقسیم وظایف بین زوج‌ها به شیوه‌های سنتی و گذاشتن بخش اعظمی از این مسئولیت‌ها بر دوش زن خانه به تدریج موجب کاهش رضایت زن و شوهر از زندگی مشترک می‌شود. اگر زن خانه بر این باور باشد که کارهای خانه باید به طور مساوی تقسیم شوند اما این حال در زندگی واقعی این وظایف طبق آداب و رسوم سنتی انجام شود و مسئولیت آنها تنها برعهده زن خانواده باشد، تاثیر منفی روی زندگی مشترک خواهد داشت. زوج‌هایی که بیشترین رضایت را از زندگی مشترک دارند انتظارات مشابهی از نوع تقسیم کارهای خانه دارند. بد نیست بدانید چگونگی تقسیم وظایف خانه در دو سال نخست زندگی مشترک اهمیت دارد چرا که الگوهای شکل گرفته در این دو سال تا مدت زمان طولانی تری تداوم خواهد یافت.



مهم است. درباره اینکه چطور بهترین انتخاب‌ها را داشته باشد حرف بزنید. این پرسش فرصت گفتگو درباره افکار اوست و سطح برداشت‌های فرزندان از مسائل مختلف زندگی را نشان می‌دهد. در این مسیر می‌توانید شیوه فکر کردن، انتخاب و گزینش را به او یاد بدهید.

گوش شنوای خوی یا تحمل نصیحت‌ها رو هم داری؟

یکی از تفاوت‌های زنان و مردان در برقراری ارتباط این است که زن‌ها گوش شنوای خواهند و مردها فقط به فکر درست کردن اوضاع و پیدا کردن و ارائه راهکار هستند. وقتی یک گفتگو با دخترتان را شروع می‌کنید اول مطمئن شوید که او نقش شما را در این مکالمه چه می‌داند؟ معمولاً دخترها نمی‌خواهند در برابر مطرح کردن مشکلاتشان راهکارهای فوری و آنی دریافت کنند. همین که موضوعی را مطرح کنند نیمی از راه را رفته‌اند. اگر او گوش شنوای خواهد سعی نکنید با نصیحت کردن گفتگو را جهت بدهید چون این مکالمه خیلی زود تمام خواهد شد.

اگه پول بیشتری داشته باشی چی کارش می‌کنی؟

این سوال کمی غیرجدی شما را با اولویت‌های زندگی دخترتان آشنا می‌کند. شاید او آخرین رمان نویسنده محبوبش را به علاوه یک گوشی موبایل مدل بالاتر بخواهد و یا دوست داشته باشد پولش را صرف لباس یا یک مهمانی دوستانه بکند. این پرسش شما را با برداشت فرزندان از پول و شیوه مدیریت‌های مالیش آشنا می‌کند.

قهرمان تو کیه؟

جالب‌ترین پرسشی که می‌توانید از دخترتان بپرسید این است که محبوب‌ترین شخصیت و قهرمان زندگیش چه کسی است؟ شما می‌فهمید که او در دیگران به دنبال چه چیزهایی است؟ چه چیزهایی را تحسین می‌کند. همینطور می‌توانید بفهمید او چه مردی را تصور می‌کند؟ چه پدری را تحسین می‌کند و دنیایش را چه آدم‌هایی ساخته‌اند.

می‌دونی چقدر دوست دارم؟

هنوز معلوم نیست چرا مردها از ابراز احساسات نسبت به فرزندان و به طور خاص فرزند دخترشان فرار می‌کنند. به همین اندازه برای دخترها درک احساسات و علاقه پدرها نسبت به خودشان سخت و غیرواقعی است. او ممکن است بگوید «آره بابا می‌دونم» و یا بگوید «خیلی مطمئن نیستم چقدر دوستم داری». هر پاسخی از سوی دخترتان فرصتی برای یک مکالمه درباره رابطه پدرودختری خواهد بود این فرصت را از دست ندهید.

از کدوم کار من خوشتر نیما؟

ممکن است فرزندان از یکی از رفتارهای شما خوشش بیاید و یا خجالت بکشد. مثلاً نوع لباس پوشیدنشان را دوست نداشته باشد. طرز حرف زدنشان با دوستانش خجالت بکشد و حتی از نوع ارتباط شما با مادرش ناراحت باشد. اجازه بدهید با این پرسش گفتگویی درباره شخصیت خودتان شکل بگیرد و شما هم کمی به دنبال تغییر باشید.



ارتباط پدر و دختری را بهتر کنید

اوضاع چطوره؟

این پرسش خوبی برای شروع یک مکالمه است البته اگر دخترتان با جمله «خوبه» مکالمه را تمام نکند. اگر احساس می‌کنید او تمایلی به گفتگو ندارد با پرسش‌های واضح تری وارد گفتگو شوید «مدرسه چطوره بود؟» «بهت خوش می‌گذره؟» «چیزی احتیاج نداری» تله‌هایی برای باز کردن گفتگو هستند. «دوستات چی کار می‌کنن» این نوع پرسش‌ها بالاخره شما را وارد دنیای فرزندان می‌کنند.

چه احساسی داری؟

این پرسش احساساتی است و هر دختری از این پرسش شگفت زده می‌شود. این پرسش با «اوضاع چطوره؟» فرق دارد چون شما از او درباره احساساتش سوال می‌کنید. «غمگینی؟» «خوشحالی؟» «عصبانی هستی؟» «ترسیدی؟» وقتی او به شما پاسخ داد می‌توانید پرسش‌های بیشتری بکنید؟ «افسرده‌ای؟» «چی شد که اینطوری شد؟» این سؤال‌ها شما را وارد ارتباط عمیق تری می‌کنند و شما درک بهتری از احساسات و عواطف فرزندان خواهید داشت.

دنبال چی هستی؟

دخترها تعارضات زیادی دارند. آنها در دنیایی ناعادلانه زندگی می‌کنند و باید برای رسیدن به بسیاری از حقوق شان بیش از اندازه تلاش کنند. دنیای مدرن هم به اندازه گذشته جنسیتی و تفکیک شده است. دخترها نگرانی‌های بیشتری نسبت به آینده تحصیلی و شغلی شان دارند. آنها هنوز هم نمی‌توانند از انتخابشان مطمئن باشند آنها در احاطه مردها، مد، فرهنگ و سنت گیر افتاده‌اند انتخاب در این شرایط بسیار سخت است. گفتگوی شما با دخترتان درباره اهداف و خواسته‌هایش هم از نگاه مردانه و هم از منظر پدر و فردی حامی بسیار ضروری است. هر از چندگاهی در یکی از بعدازظهرهای هفته کنارش بنشینید و در این باره باهم حرف بزنید.

بهترین تصمیم زندگیت چی بوده؟

دردوران نوجوانی انتخاب و تصمیم‌گیری

معیارهای زیبایی انسان‌ها هستند و ستایش برانگیزند. تعریف از زیبایی چهره یا موی کودک لزوماً به معنای پرداختن به جنسیت نیست. از این طریق ارزش زیبایی را به کودک یاد می‌دهید. به همان اندازه که لازم است به کودک بگویید طبیعت چقدر زیباست، یک خانه با دکوراسیون خاص چقدر زیباست و یک بشقاب غذا در یک رستوران خوب زیباست باید از زیبایی خودش نیز تعریف کنید.

الگوی مردانه خوب

شیوه‌ای که شما با زن‌ها رفتار می‌کنید به دخترتان یاد می‌دهد در آینده چه دیدگاهی نسبت به مردها داشته باشد. خوش رفتار باشید. با همسر، مادر و با دخترتان و حتی همکاران زن در دست رفتار کنید. به زن‌ها و خواسته‌هایشان متناسب با موقعیت و رابطه‌ای که با آنها دارید اهمیت بدهید. او از رفتار شما یاد می‌گیرد در آینده چه انتظاری از مردها در زندگیش داشته باشد.

۱۰ پرسش پدر از دختر

هر چند دختر بچه‌ها از گفتگو و حرف زدن خوشحال می‌شوند اما در نوجوانی منروی و کم حرف می‌شوند. به همین ترتیب تلاش برای برقراری ارتباط با یک دختر نوجوان برای پدر سخت تر است. هرچقدر یک دختر بچه از برقراری ارتباط با پدرش خوشحال است و آن را یک فرصت برای کشف دنیای اطرافش به ویژه دنیای مردانه می‌داند در نوجوانی از پدرش فاصله می‌گیرد و فقط نظاره گر رفتار و وظایف پدرش است. اگر می‌خواهید این ارتباط صمیمانه حفظ شود و وارد دنیای فرزندان بشوید باید راه‌های ارتباطی و گفتگو را بشناسید. اول، کمی روشنفکری لازم دارید و باید از شکل‌ها و الگوهای مردسالارانه فاصله بگیرید تا به او نزدیک شوید.

این ۱۰ پرسش برای شروع گفتگو طراحی شده‌اند و راهی برای ارتباط صمیمانه پدر و دختری هستند. این پرسش‌ها در هر سنی کارکرد دارند اما اگر از کودکی با این سوال‌ها وارد ارتباط با دخترتان بشوید این رابطه در آینده حفظ خواهد شد.

• ریحانه دوستدار

پدرها، فرزندان را دوست دارند با این حال ارتباط پدر و پسری بسیار قوی‌تر از رابطه پدر و دختری است. پدرها اوقات مشترک بیشتری را صرف فرزند پسرشان می‌کنند. شاید برای اینکه فکر می‌کنند اشتراکات بیشتری با پسرشان دارند و صمیمیت کمتری با دخترشان احساس می‌کنند.

اما با کمی احساس همدلی، پدرها رابطه‌ی عمیق‌تر و عاطفی‌تری با دخترشان خواهد داشت. تجربه نشان داده است دخترهایی که عشق و امنیت بیشتری از سوی پدرشان دریافت می‌کنند:

– در تحصیلات موفق‌تر هستند

– احساس بهتری نسبت به جنسیت خودشان پیدا می‌کنند

– از ابراز وجود هراسی ندارند

– در روابط اجتماعی اعتماد به نفس دارند

– به تحصیل در مراتب بالا علاقمند هستند

برای پدرها، تجربه داشتن یک دختر شیرین زبان و ایجاد یک رابطه صمیمانه بسیار ارزشمند است. اما متأسفانه پدرها وارد این تجربه نمی‌شوند. شانس پدر خوب بودن و ایسن ارتباط خاص عاطفی را از دست ندهید.

چطور می‌توانید حامی فرزند دخترتان باشید و او را از عشق پدرانه سیراب کنید؟

از روز اول تولد شروع کنید

از لحظه تولد خودتان را درگیر ارتباط با کودک کنید. در مراقبت و محافظت نوزاد دخترتان نقش اساسی داشته باشید و در سایه قرار نگیرید. هرچقدر بیشتر و هرچه زودتر درگیر این رابطه شوید بعدها در حفظ این ارتباط موفق‌تر هستید.

پدر آموزگار

برای دختر بچه بسیار هیجان انگیز است که دو چرخه سواری و خواندن و نوشتن یاد بگیرد. اما از این جالب‌تر، یاد گرفتن مهارت‌هایی است که معمولاً دختر بچه‌ها از پدرانشان یاد نمی‌گیرند. ماهی‌گیری، تعمیر ماشین یا تعمیر وسایل خراب در خانه. دخترها به اندازه پسرها می‌توانند به آموزش این مهارت‌ها علاقمند شوند.

شنونده خوب برای حرف‌های دخترانه

دخترها عاشق حرف زدن هستند. آنها در روند رشد نیاز به شنیده شدن و گفتگوی بیشتری نسبت به پسرها دارند. گوش دادن به حرف‌های دختر بهترین شیوه ایجاد ارتباط صمیمانه است. وقتی باهم هستید اجازه بدهید برایتان از هر چه خواسته‌هایش گوش بدهید. چه افکارش، آرزوها و خواسته‌هایش گوش بدهید. چه چیزی بهتر از اینکه بفهمید دختر کوچک‌تان به چه چیزهایی فکر می‌کند. وارد دنیای کودکتان بشوید و از آن لذت ببرید.

تو خوشگلی

تعریف از زیبایی یا خوش اندامی برای پدرها کمی سخت است اما بسیار مهم است. در دنیای جدید زیبایی چهره، خوش اندامی و خوش لباسی بخشی از

••• بچه‌ها و یافته‌ها

میراثی که شما به فرزندان می‌دهید

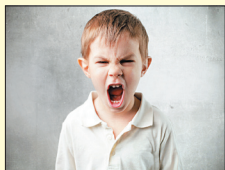
تحقیقی جدید که توسط روان‌پزشکان دانشگاه بُن آلمان صورت گرفته، نتایج جالبی درباره حواس پرترتی و فراموشکاری بچه‌ها در بر دارد. این تحقیق نشان می‌دهد تغییرات و اختلالات ژنتیکی می‌توانند به حواس پرترتی منجر شوند. پژوهشگران رابطه‌ای مستقیم میان حواس پرترتی و ژن دی‌آر دی ۲ انسان کشف کرده‌اند و می‌گویند افرادی که دارای یک ژن خاص هستند، راحت‌تر می‌توانند از مسیر کار خود منحرف و غافل شوند و با دقت کمتری کارهای خود را انجام دهند و این وضعیت در سایر اعضای خانواده شان هم دیده می‌شود. این دانشمندان ۵۰۰ زن و مرد را آزمایش کردند و ترشح بزاق آن‌ها را بر اساس تغییرات ژن دی‌آر دی ۲ مورد بررسی قرار دادند. نتایج این تحقیق رابطه‌ای مستقیم میان فراموشی‌ها و تغییرات ساختاری در ژن دی‌آر دی ۲ را نشان می‌دهد. افرادی که این ژن در آنها ویژگی‌های خاصی را دارد، بیشتر در معرض حواس پرترتی و فراموشی قرار می‌گیرند. این ژن نقش بزرگی در رساندن سیگنال‌ها به ناحیه‌های مربوطه در مغز ایفا می‌کند. آنها می‌گویند که این ساختار قابل مقایسه با عملکرد یک رهبر ارکستر است که مغز را همانند یک ارکستر هماهنگ و اداره می‌کند. در واقع ژن دی‌آر دی ۲ نیز نقش چوب رهبر ارکستر را بازی می‌کند.



بگذارید عصبانی شود

بچه‌ها هم مثل هر آدم بزرگی ممکن است خشم را تجربه کنند که این تجربه به بلوغ بیشتر احساسات آنها منجر می‌شود. جلوگیری کردن از خشم فرزندان و سرکوب مداوم آن، نتیجه‌ای جز اضطراب بیشتر و شکل‌گیری یک شخصیت ناسازگار یا سرخورده ندارد. آنچه مهم است این که باید به فرزندان یاد بدهید که چطور خشمش را کنترل کرده یا آن را به شیوه‌ای سالم بروز دهد. هنگامی که کودکی خشمگین شود، صحبت کردن با او کاری بی‌فایده است. هنگامی که در مکان عمومی هستید و باید با کودک خود سر و کله بزنید، احساس می‌کنید که تحت قضاوت قرار گرفته‌اید. در این زمان شاید احساس کنید که دیگران با نگاه‌هایشان می‌گویند تو والدی بی‌کفایت و نالایق هستی که به جای سرکوب کردن فرزندت، در حال آرام کردن او هستی یا اجازه می‌دهی خشمش را بروز دهد. اما اصلاً مهم نیست، کافست با کودک‌تان به مکانی خلوت و دور از انظار عمومی بروید تا بتوانید خشم او را کنترل کرده و او را آرام کنید.

می‌توانید کودک را در آغوش گرفته و بقیه روز را با او سپری کنید و روش‌های بهتری را برای بروز خشمش به او یاد بدهید.



••• اشتباهات رایج

چهل سال پیش...

تمامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز پنجشنبه ۲ خرداد ۱۳۵۳ (برابر با ۳۰ ربیع‌الثانی ۱۳۹۴، ۲۳ مه ۱۹۷۴) نقل شده است

تکلیف طرح مترو تهران تا دوماه دیگر روشن میشود

دولت تا دوماه دیگر در مورد طرح مترو تهران تصمیم می‌گیرد و ضرورت و یا عدم ضرورت اجرای این طرح را اعلام خواهد کرد.

احداث مترو تهران در طرح جامع حمل و نقل تهران از طرف کارشناسان فرانسوی پیشنهاد شده و این پیشنهاد هم اکنون مورد بررسی نهائی است.

کارشناسان فرانسوی برای رفع مشکل ترافیک تهران بهره‌گیری از یک وسیله نقلیه تازه را توصیه کرده و طی گزارشی استفاده از مترو را برای ترافیک تهران ضروری اعلام کرده‌اند. بررسی گزارشات و مطالعات کارشناسان مزبور هم اکنون در کمیسیون عالی ترافیک ادامه دارد و سازمان برنامه‌بموازات مطالعه طرح کارشناسان فرانسوی گروهی از متخصصین امور ترافیک اروپائی و آمریکایی را به تهران دعوت کرده است تا آنان نیز راه‌حلهائی که برای رفع و بهبود وضع ترافیک تهران توصیه میکنند به سازمان برنامه اعلام نمایند.

قرار است این کارشناسان ظرف یک ماه آینده گزارش نهائی را تهیه نموده و طرحهائی را که برای ترافیک تهران ضروری میدانند ارائه دهند.

احداث مترو هزینه سنگینی دارد. برای هر کیلومتر آن حدود ۲۰ تا سی میلیون تومان هزینه برآورد شده است.

۲۰۰ هزار کارمند شرکتهای دولتی پست ثابت سازمانی میگیرند

۲۰۰ هزار کارمند با اجرای طرح طبقه‌بندی مشاغل شرکت‌های دولتی در پست‌های ثابت سازمانی خود قرار خواهند گرفت، همچنین با اجرای این طرح اکثر کارمندان پیمانی شرکت‌های دولتی با قرار گرفتن در پستهای بلامتصدی سازمانی به صورت کارمند رسمی در خواهند آمد.

طرح طبقه‌بندی کلیه شرکت‌های دولتی تا سه روز دیگر باید برای بررسی و تأیید نهائی به سازمان امور اداری و استخدامی کشور داده شود و هم اکنون طرح طبقه‌بندی اکثر شرکتهای دولتی آماده اجرا شده است. در این طرح، شرح و طبقات و طبقات شغلی مشاغل مشابه طرح طبقه‌بندی و ارزشیابی وزارتخانه‌ها و سازمان‌های دولتی مشمول قانون استخدام مانند حسابداری، کارگزینی و بایگانی به همان گونه است و در آن تغییری داده نشده است.

ثبات خلیج فارس حیاتی است

مبادلات بازرگانی میان ایران و مجارستان و گسترش روابط دو کشور در زمینه‌های سیاسی و فرهنگی از رئوس مسائلی بود که نخست‌وزیر بار هبران مجارستان در میان گذاشت.

هویدا امروز با لوشنچی رئیس جمهوری و «یانوف کا» دبیر اول حزب کارگر سوسیالیست ملاقات کرد و با احتمال قوی همان موضوعات بار دیگر بررسی شود.

هویدا عصر امروز بوداپست را به قصد یک دیدار ۴۸ ساعته از یوگوسلاوی ترک میکند.

نخست‌وزیر دیروز در بوداپست با برگزاری یک کنفرانس مطبوعاتی در هتل «گلرت» به سوالات خبرنگاران مجارستانی، ایرانی و نمایندگان وسائل ارتباط جمعی خارجی پاسخ گفت و خاطر نشان ساخت که روابط ایران و مجارستان طی چندسال گذشته مراحل موفقیت‌آمیزی را گذرانده و میتوان امید فراوان داشت که این مناسبات در سال‌های آینده بیش از پیش توسعه یابد.

هویدا هنگام پاسخ به سؤالی درباره خلیج فارس ضمن اشاره به موقعیت ایران و مقایسه آن با مجارستان، از این دو کشور بعنوان چهارراه تاریخ نام برد و گفت خلیج فارس شاهراه حیاتی کشورماست و ما هر روز بیش از ۶ میلیون و یکصد هزار بشکه نفت از راه خلیج فارس به نقاط دنیایم فرستیم.

او سپس یادآور شد که ۹۰ درصد مبادلات تجاری ایران از راه آبی خلیج فارس انجام می‌گیرد و توجه به همین رقم بهترین دلیل است تا این منطقه حساس را دور از نفوذ و دخالت قدرتهای بیگانه نگه داریم.

قاب امروز



فیل کلاهبردارا سنگاپور / منبع: تلگراف

سرپایه

با درد بساز، چون دوی تو منم
در کس مگر که آشنای تو منم
گر کشته‌شوی، مگو که من کشته شدم
شکرانه بده که خون‌بهای تو منم
مولانا

پند بزرگان

● کوه‌های عظیم‌پر از چشمه‌اند و قلب‌های بزرگ پر از اشک.

ژوزف‌رو

● برای آنکه عمر طولانی باشد، باید آهسته زندگی کنیم.

سیسرون

داستان کوتاه

بیل گیتس در رستوران

بیل گیتس بعد از خوردن غذا ۵ دلار به عنوان انعام به پیشخدمت داد، اما پیشخدمت ناراحت شد.

بیل گیتس متوجه ناراحتی پیشخدمت شد و سوال کرد: چه اتفاقی افتاده؟

پیشخدمت جواب داد: من متعجب شدم، به خاطر اینکه در میز کناری، پسر شما ۵۰ دلار به من انعام داد، در حالی که شما که پدر او پولدار ترین انسان روی زمین هستید، فقط ۵ دلار انعام می‌دهید؟! گیتس خندید و گفت: او پسر پولدار ترین مرد روی زمین است و من پسر یک نجار ساده‌ام.

منبع: داستانک

جدول شرح در متن

غلامحسین یاغبان

پیش غذا	صحبت از عدم موفقیت!	عضو صورت	مترجم کیله و دمنه به عربی	زمین وسیع میان دو کوه
پیش غذا	صحبت از عدم موفقیت!	عضو صورت	مترجم کیله و دمنه به عربی	زمین وسیع میان دو کوه
ج	نوعی سارق!	آخرین یک رقمی	آخرین یک رقمی	آخرین یک رقمی
آهنگ	۵	خروس مالدارانی	خروس مالدارانی	خروس مالدارانی
دفاع	ملی پوش	بارسلونا	بارسلونا	بارسلونا
به ذهن افکندن	کنشال	تیم فرش	تیم فرش	تیم فرش
پایین	زبان پیود	پیگیری کردن امری	پیگیری کردن امری	پیگیری کردن امری
پوستین	F	تغم گیاه	تغم گیاه	تغم گیاه
بخشی از دست	جواب پشتک	هوای متحرک	هوای متحرک	هوای متحرک
ماسک	سلطان جنگل	راه بی‌پایان	راه بی‌پایان	راه بی‌پایان
واحد پول کویت	از ادات تشبیه	بعد از (س)	بعد از (س)	بعد از (س)
داشتن ظرفیت	ج			

امروز در تاریخ

بیاخیری «المقنع»

قیام المقنع در خراسان ۲۴ ماه می سال ۷۶۶ میلادی آغاز شد که از نخستین بیاخیزی‌های ایرانیان برای احیای استقلال و حاکمیت وطن خود بشمار می‌آید. المقنع که از دیرباز در صدد قیام بر ضد سلطه اعراب بود از موضوع قتل ابومسلم در توطئه خلیفه عباسی وقت استفاده کرد و به خونخواهی او در خراسان بپاخاست. المقنع که به سبب نقاب زدن نقابی شبیه مقنعه که تا شانه‌ها، روی او را می‌پوشانید به این نام معروف شده بود، کسی جز هاشم ابن حکیم نبود. وی مردی دانشمند بود و داستان «ماه‌نخشب» او که بر پایه تسلط او بر علوم فیزیک و شیمی شکل گرفته بود، معروف است.

پیران المقنع که جامه سپید می‌پوشیدند به سپیدجامگان (کفن) پوشان راه وطن) معروف اند.

اسماعیل سامانی تنها به ایران و ایرانی می‌اندیشید

اسماعیل سامانی مردی که پرچم زنده کردن زبان پارسی و فرهنگ ایرانی را به دوش گرفت در ماه می سال ۸۴۹ میلادی در فرغانه (واقع در منطقه فرارود) خراسان به دنیا آمد. پدر بزرگ اسماعیل که در منطقه بلخ به دنیا آمده بود و یک تاجیک (پارس) بود خود را از فرزندزادگان بهرام چوبین اسپهبد بزرگ ایران معرفی می‌کرد.

امیر اسماعیل پس از تمرکز امور خراسان بزرگتر (اینک شامل سه کشور تاجیکستان، ازبکستان، ترکمنستان، نیمه شمالی افغانستان، گوشه‌هایی از قزاقستان و قرقیزستان و خراسان ایران) در دست خود، احیاء زبان و ادبیات فارسی و فرهنگ و رسوم ایرانی را سرلوحه کار خود قرار داد.

شاه اسماعیل در سال ۹۰۷ میلادی درگذشت و در بخارا مدفون شد.

آزادی خرمشهر ونظر مورخان

مورخان نظامی پیروزی نیروهای مسلح ایران در پس گرفتن خرمشهر را در شمار جنگ‌های میهنی بزرگ ایرانیان در طول تاریخ- نظیر نبرد دفاعی «حران» قرار داده‌اند. این مورخان در همان روز پس گرفتن خرمشهر، با اشاره به برتری تسلیحاتی عراقی‌ها گفته بودند که فداکاری ایرانیان بار دیگر این نکته دو هزار و پانصد ساله داریوش بزرگ را که بر سنگ باقی مانده است به اثبات رساند که ایران سرزمینی است که مردان (سربازان) خوب دارد. نیروهای مسلح ایران در سوم خرداد ماه ۱۳۶۱ و ۲۱ ماه پس از آغاز تعرض نظامی عراق، باز جان گذشته‌گی و فداکاری تحسین آمیز و تاریخساز خود خرمشهر را از نیروهای متجاوز پس گرفتند و مسیر جنگ را تغییر دادند. در این نبرد پیروزمندانسه، که برای جهانیانی که تاریخ پر عظمت ایرانیان را نخوانده‌اند غیر منتظره بود تلفاتی سنگین به عراقی‌ها وارد آمد و ده‌ها هزار نفر هم به اسارت در آمدند.

www.iranianshistoryonthistoday.com

سودوکو

۱۰۶۷

۵	۸				۶				
				۴	۱			۷	
۱		۷		۳					
۴	۵		۷		۲				۳
۷		۳		۲				۵	۱
				۷				۶	
۸		۱	۹						
		۲						۴	۵

۵	۳	۶	۴	۸	۲	۷	۱	۹	
۷	۱	۹	۵	۳	۶	۴	۸	۲	
۴	۸	۲	۷	۱	۹	۵	۳	۶	
۶	۵	۳	۲	۹	۴	۸	۷	۱	
۸	۴	۷	۶	۵	۱	۲	۹	۳	
۲	۹	۱	۳	۷	۸	۶	۵	۴	
۱	۶	۵	۸	۲	۳	۹	۴	۷	
۳	۷	۴	۹	۶	۵	۱	۲	۸	
۹	۲	۸	۱	۴	۷	۳	۶	۵	

حل ۱۰۶۶